HANUMAN FINAL 2

sys

हनुमान
भवन निर्माण के लिए हमारा आदर्श
एक महान व्यक्तित्व

लेखक
Amirapu Natarajan

संपादकीय परिषद
अमीरपु सुरेश सी. श्रीधर आईएएस
डॉ. टी.जी.के. मूर्ति, प्रो. पी.एस.एस. मूर्ति
डॉ. चौ. चिरंजीवी प्रो. बी. नागलिंगम
सी.वी.बी. सुब्रह्मण्यम डॉ. नेम्मानी रामगोपाल
के.वी. रामगोपाला शर्मा

प्रकाशकों
श्री रामकृष्ण सेवा समिति,
विजयलक्ष्मीपुरम, बापटला - 522 101 एपी
2. हनुमान: एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए हमारा आदर्श
द्वारा प्रकाशित
श्री रामकृष्ण सेवा समिति
Bapatla -522 101
आंध्र प्रदेश, भारत

सर्वाधिकार सुरक्षित।

पहला संस्करण: दिसंबर 2008, 3000 प्रतियां

प्रतियों के लिए
श्री रामकृष्ण सेवा समिति
विजयलक्ष्मीपुरम, बापटला - 522 101
एपी भारत
ई-मेल: rksamithibapatla@gmail.com
हमारी वेबसाइट पर जाएँ: www.unworldliness.org

प्रकाशकों का नोट

अगर कोई व्यक्ति कुछ शब्द अच्छे से बोल सके और अपना काम पूरा कर ले, तो उसे महान उपलब्धि वाला माना जाता है। आधुनिक युग में व्यक्तित्व की यही परिभाषा है! लेकिन क्या ऐसा सोचना पाखंड नहीं है? अंग्रेजी में एक कहावत है, "कुछ लोगों को हमेशा के लिए बेवकूफ बनाया जा सकता है, सभी लोगों को कुछ समय के लिए बेवकूफ बनाया जा सकता है, लेकिन सभी लोगों को हमेशा के लिए नहीं।" इसके अलावा, हम सभी उस गधे की कहानी जानते हैं, जिसे बाघ की खाल से ढककर खेतों में चरने के लिए छोड़ दिया गया था और अंत में पीट-पीटकर मार डाला गया। उसका असली चरित्र उसी क्षण सामने आ गया जब उसने रेंकना शुरू किया।
इसलिए, हमें एक सर्वांगीण व्यक्तित्व का निर्माण करना चाहिए। लेकिन यह कैसे संभव है? व्यक्तित्व विकास का अर्थ है कुछ आंतरिक और स्थायी परिवर्तन। यह परिवर्तन स्वयं के प्रयासों से ही संभव है। वह प्रयास क्या है? हम अपने व्यक्तित्व को कैसे निखार सकते हैं? इस चर्चा में हनुमान जी का उल्लेख करना कितना प्रासंगिक है? स्वामी विवेकानंद ने इस संबंध में हमें क्या सिखाया? इन प्रश्नों के उत्तरों पर चर्चा करके हम अपने व्यक्तित्व का निर्माण और रूपांतरण करने का तरीका समझ सकेंगे।
4 हनुमान: एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए हमारा आदर्श
इस पुस्तक में हनुमान जी की कथा वाल्मीकि रामायण पर आधारित है। इसमें प्रस्तुत सभी विचार स्वामी विवेकानंद के संदेश पर आधारित हैं और यहाँ प्रयुक्त 'स्वामीजी' शब्द उन्हीं को संदर्भित करता है।
हम इस पुस्तक के लेखक श्री अमीरपु नटराजन को धन्यवाद देना चाहते हैं। साथ ही, हम संपादकीय दल के सदस्यों, श्री अमीरपु सुरेश, श्री सी. श्रीधर आईएएस, डॉ. टी.जी.के. मूर्ति, प्रो. पन्नाला श्यामसुंदरा मूर्ति, डॉ. एन. रामगोपाल, डॉ. (श्रीमती) सी. चिरंजीवी, प्रो. बी. नागलिंगम, श्री सीवी.बी. सुब्रह्मण्यम और श्री के.वी. रामगोपाला शर्मा को भी धन्यवाद देना चाहते हैं।
यह पुस्तक दो साल पहले तेलुगु में प्रकाशित हुई थी। इसे जबरदस्त प्रतिक्रिया मिली और कई शुभचिंतकों ने हमसे इसका अंग्रेजी संस्करण भी प्रकाशित करने का अनुरोध किया। अंग्रेजी पांडुलिपि को संशोधित करने के लिए हम डॉ. टी. सासी के आभारी हैं।
हम पाठकों से यह भी आग्रह करते हैं कि वे सर्वांगीण व्यक्तित्व निर्माण के लिए सभी महाकाव्यों में सर्वोत्कृष्ट वाल्मीकि रामायण का और अधिक अध्ययन करें।

दिसंबर, 2008 प्रकाशक

प्रस्तावना

यह पुस्तक हनुमान जी को एक नए परिप्रेक्ष्य में प्रस्तुत करती है।

इस विषय पर पहले किसी ने प्रकाश नहीं डाला है। यह स्वामी विवेकानंद द्वारा प्रस्तुत हनुमान जी के व्यक्तित्व को उजागर करने का प्रयास करता है। अब तक, विशेष रूप से पिछली सहस्राब्दी में, हनुमान जी को नम आँखों वाले, भावपूर्ण, 'बाष्पवारी परिपूर्ण लोचनम' आदि भक्त के रूप में चित्रित किया गया है।

हनुमान जी के वीरतापूर्ण पहलू को लगभग भुला दिया गया है।

संजीवनी पर्वत को धारण करना, समुद्र पार करना और लंका को जलाना आदि कुछ घटनाओं को छोड़कर, हनुमान जी के सभी कारनामों को पूरा किया जा सकता है। लेकिन इन सभी उपलब्धियों को प्राप्त करने के लिए, व्यक्ति के पास गतिशील जीवन का एक सुदृढ़ दर्शन होना आवश्यक है। क्या उन्होंने ये सभी कार्य "बाष्पावरी परिपूर्ण लोचनम्" (राम का नाम लेते हुए आँखों में आँसू भर आने) से किए हैं? बिलकुल नहीं! हनुमान जी एक अत्यंत विकसित व्यक्तित्व के धनी हैं, या दूसरे शब्दों में, स्वामी रंगनाथनंदजी के शब्दों में, 'एक पूर्ण विकसित व्यक्ति' हैं। स्वामी विवेकानंद के शब्दों में, उन्होंने दिव्यता को पूर्णतया प्रकट किया है।

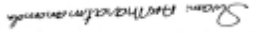
6 हनुमान: एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए हमारा आदर्श

स्वामी विवेकानंद ने अपने प्रवचनों में घोषणा की थी कि

हनुमान जी युवाओं के आदर्श हैं। लेकिन उपलब्ध जानकारी और हरिकथाओं में हनुमान जी के व्यक्तित्व की व्याख्या को देखते हुए, कई लोगों के मन में यह सवाल उठता है कि हनुमान जी युवाओं के आदर्श कैसे हो सकते हैं। यह पुस्तक इसी गलत धारणा को दूर करती है। इस पुस्तक में श्री अमीरपु नटराजन ने स्वामी विवेकानंद की रचनाओं से उपयुक्त उद्धरणों का प्रयोग करते हुए हनुमान जी के रोचक और प्रेरणादायक पहलुओं को प्रस्तुत किया है, जिससे हनुमान जी के व्यक्तित्व को युवा पीढ़ी के लिए आकर्षक ढंग से समझाया जा सके।

मुझे उम्मीद है कि यह पुस्तक प्रेरणा का स्रोत बनेगी।

यह उन युवाओं के लिए एक आदर्श की तलाश का अवसर है।



(Swami Aksharatmananda)

विषय-सूची

01. व्यक्तित्व क्या है? 9
02. हमें व्यक्तित्व के बारे में इस चर्चा की आवश्यकता क्यों है? .. 13
03. हमारे व्यक्तित्व में क्या कमियां हैं? 14
04. क्या एक महान व्यक्तित्व का निर्माण करना संभव है? 20
05. क्या हमें अपने व्यक्तित्व के निर्माण के लिए एक आदर्श की आवश्यकता है? 21
06. आदर्श क्या है? 22
07. उस आदर्श को व्यावहारिक स्तर पर कैसे लाया जाए? 23
08. क्या यह आवश्यक है कि हमारे आदर्श का कोई स्वरूप हो? 23
09. किस प्रकार का व्यक्ति हमारा आदर्श हो सकता है? 25
तीनों गुण और उनकी विशेषताएँ 27
10. वे आदर्श कौन हैं? 29
11. क्या हमारी अपनी संस्कृति का कोई व्यक्ति हमारा आदर्श हो सकता है? 31
12. लेकिन ऐसे आदर्श पुरुष को कैसे और कहाँ पाया जाए? 31
13. हमें हनुमान जी को अपना आदर्श क्यों मानना चाहिए? 32
14. कुछ और अच्छे गुण जिन्हें विकसित करने की आवश्यकता है 33
15. हनुमान जी का ध्यान कैसे करें? 35
16. वाल्मीकि ने हनुमान का वर्णन कैसे किया? 37
17. रामायण की कहानी 38
18. यह समझना सीखें कि सच्ची महानता कहाँ है! ..... 39 8 हनुमान: एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए हमारा आदर्श
19. विनम्र गिलहरी की तरह बनो 42
20. जिम्मेदारी उठाने के लिए तैयार रहें 43
21. उचित ढंग से बोलना सीखें 45
22. हमेशा अपना वचन निभाएं 51
23. एकजुट होकर काम करना सीखें 55
24. अप्रत्याशित, अनपेक्षित स्रोतों से सहायता 59
25. कठिनाइयों का सामना करते समय दृढ़ रहो 61
26. अपने भीतर मौजूद शक्ति को याद रखें 63
27. उस क्रूर व्यक्ति का सामना करो! 67
28. हमें निराशा पर विजय प्राप्त करनी होगी। 72
29. हमें दूसरों के दुखों को अपना दुख समझना चाहिए... 73
30. दूरदर्शिता विकसित करना सीखें 76

31. पहल करें और काम करें 78
32. हमें दूसरों में महानता को पहचानने में सक्षम होना चाहिए... 80
33. हमें अपनी गलतियों को स्वीकार करने में सक्षम होना चाहिए 81
34. अपनी बड़ाई मत करो! दूसरों की निंदा मत करो! .. 83
35. बोलने से पहले दूसरों की भावनाओं को समझने की कोशिश करें.... 85
36. खुले दिमाग से सोचें 86
37. निष्कर्ष 91
38. Hanuman chalisa 95

01. व्यक्तित्व क्या है? 9

हनुमान
हमारे निर्माण का आदर्श
एक महान व्यक्तित्व

01. व्यक्तित्व क्या है?

अगर आपसे किसी व्यक्ति का मूल्यांकन करने को कहा जाए तो आप क्या कहेंगे? आप यह मूल्यांकन कैसे करेंगे? शायद आप उसके बोलने और व्यवहार करने के तरीके का वर्णन करेंगे। बस इतना ही! आप उदाहरण के तौर पर कुछ बातें कह सकते हैं, लेकिन अंततः बात इस पर ही आती है कि वह व्यक्ति क्या बोलता है और कैसा व्यवहार करता है। इसलिए, हम मोटे तौर पर कह सकते हैं कि किसी व्यक्ति का व्यक्तित्व मुख्य रूप से उसके शब्दों और कार्यों से बनता है। ये दोनों कहाँ से उत्पन्न होते हैं? ये विचारों से उत्पन्न होते हैं। शायद इसी कारण, आप किसी व्यक्ति का वर्णन करते समय उसके विचारों का भी उल्लेख करेंगे। कुल मिलाकर, किसी व्यक्ति के व्यक्तित्व का वर्णन करने के लिए हम उसके शब्दों, कार्यों और विचारों की बात करते हैं। 'व्यक्तित्व' शब्द के साथ-साथ 'चरित्र' भी एक महत्वपूर्ण शब्द है। वास्तव में, ये दोनों शब्द एक ही विचार को व्यक्त करते हैं। लेकिन फिलहाल, इस विचार को समझने के लिए मान लेते हैं कि व्यक्तित्व की तुलना में चरित्र का अर्थ अधिक गहरा है। जहाँ व्यक्तित्व वह है जो स्पष्ट रूप से दिखाई देता है, वहीं चरित्र भीतर गहराई में रहता है और आमतौर पर गहन अध्ययन से ही जाना जा सकता है।

10 हनुमान: एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए हमारा आदर्श

दूसरी ओर, व्यक्तित्व का मतलब सिर्फ यह नहीं है कि कोई व्यक्ति कितना सुंदर है। किसी व्यक्ति के कपड़े पहनने का तरीका या उसके बाल संवारने का तरीका ही उसके असली व्यक्तित्व का एकमात्र मापदंड नहीं है। बेशक, ये बातें महत्वपूर्ण हो सकती हैं, लेकिन सिर्फ यही महत्वपूर्ण नहीं हैं। स्वामी विवेकानंद ने एक बार कहा था कि पश्चिमी देशों में एक दर्जी ही किसी को सज्जन

बनाता है, जबकि भारत में किसी व्यक्ति का चरित्र ही उसे सज्जन बनाता है।
स्वामी विवेकानंद ने व्यक्तित्व और एक आदर्श व्यक्ति के जीवन और व्यवहार के बारे में विस्तार से बताया। एक प्रगतिशील राष्ट्र के निर्माण और वास्तविक स्वतंत्रता प्राप्त करने के लिए, उन्होंने लोगों को उनकी खोई हुई व्यक्तिगत पहचान वापस दिलाने की भावुक अपील की। दूरदर्शिता से उन्होंने सिखाया कि लोगों के व्यक्तित्व और चरित्र को न केवल व्यक्तिगत स्तर पर बल्कि समाज के स्तर पर भी रूपांतरित करने की आवश्यकता है। इस संबंध में उनकी शिक्षाएं जनमानस के उत्थान में भी सहायक होंगी।
स्वामी विवेकानंद के व्यक्तित्व संबंधी सभी उपदेशों का सार संक्षेप में इस प्रकार है: किसी व्यक्ति के कर्मों और वचनों का अनुपात ज्ञात कीजिए। इस अनुपात से हम यह अनुमान लगा सकते हैं कि कोई व्यक्ति अपने वचनों पर कितना खरा उतरता है। यही किसी व्यक्ति के वास्तविक व्यक्तित्व को परिभाषित करता है।

काम
व्यक्तित्व =
शब्द
जब हम इस सूत्र को अपने दैनिक जीवन में लागू करते हैं, तो पाते हैं कि अधिकतर मामलों में यह मान 1 से कम होता है। इसका कारण यह है कि लोग आम तौर पर अपने वचन का पालन नहीं करते। वे अपने शब्दों को अपने कार्यों में प्रदर्शित नहीं करते। आमतौर पर अधिकांश मनुष्य इसी श्रेणी में आते हैं।
यदि अनुपात का मान 1 से कम है, तो इसका अर्थ है कि लोग अपने वचन का पूरी तरह पालन नहीं कर पा रहे हैं। बुरे लोगों के मामले में, ऐसा हो सकता है कि वे बातें तो अधिक करते हैं लेकिन कार्य कम, या फिर वे कहते कुछ हैं और करते कुछ और हैं।
जो व्यक्ति अपने कथनी और करनी में समानता दिखाता है, उसके लिए यह अनुपात 1 के बराबर होता है। वह व्यक्ति 'पूर्ण मानव' बन जाता है और वह व्यक्तित्व सबसे महान होता है।
हम इस सूत्र को और आगे बढ़ाकर इसका उपयोग किसी व्यक्ति के 'चरित्र' को व्यापक रूप से परिभाषित करने के लिए भी कर सकते हैं। यह कुछ इस तरह दिख सकता है।
(शब्द + कर्म)
चरित्र =
विचार 12 हनुमान: एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए हमारा आदर्श
हम उस व्यक्ति की महानता की कल्पना कर सकते हैं जो न केवल अपने कथनी और करनी में समानता रखता है, बल्कि अपने मन में आने वाले हर विचार को बोलता और व्यवहार में उतारता है, भले ही वह दूसरों से प्रत्यक्ष रूप से छिपा हो। अतः, जो व्यक्ति अपने शब्दों और कर्मों को अपने विचारों के अनुरूप रखता है, वही सर्वोच्च व्यक्तित्व और उच्च चरित्र वाला व्यक्ति है।
एक बिल्कुल अलग दृष्टिकोण से देखें तो, जब हम इस अनुपात को 1 से अधिक पाते हैं, तो वह

व्यक्ति अतिसक्रिय या यहां तक कि पागल भी हो सकता है।
(ये अनुपात निश्चित रूप से पूर्ण नहीं हैं और महान आत्माओं के मामले में सही साबित नहीं हो सकते हैं। लेकिन ये हमें व्यक्तित्व और चरित्र के बारे में काफी हद तक अच्छी जानकारी देने के लिए पर्याप्त हैं।)
स्वामी विवेकानंद ने कहा था, "यदि तुम अपने विचारों और शब्दों को पूर्णत: एक कर सको, यदि तुम अपने आप को वाणी और कर्म में एक कर सको, तो धन तुम्हारे चरणों में जल की तरह स्वत: बरसने लगेगा।" यह कहना बिलकुल भी अतिशयोक्ति नहीं होगी कि स्वामी विवेकानंद ने इस प्रकार एक ही वाक्य में व्यक्तित्व विकास और चरित्र निर्माण के विचार को परिभाषित किया। हमारे सभी कार्य तभी सफल होंगे जब लोग देखेंगे कि हम हमेशा अपने वचन का पालन करते हैं। जो व्यक्ति अपने वचन का पालन करता है और अपने कर्मों में उसे सिद्ध करता है, उसके मार्ग में कोई बाधा नहीं आती।
02. हमें व्यक्तित्व के बारे में इस चर्चा की आवश्यकता क्यों है? 13

02. अब, हमें इस चर्चा की आवश्यकता क्यों है?
व्यक्तित्व के बारे में?
एक समय था जब भारत विश्व का सबसे महान राष्ट्र था। यहाँ के लोगों को जीवन के हर क्षेत्र में सर्वश्रेष्ठ माना जाता था। मेगास्थनीज, ह्सुआन त्सांग (उच्चारण श्वान-दज़ांग), पाहियान और कई अन्य यात्रियों ने लिखा है कि भारत के लोग अत्यंत ईमानदार और सत्यनिष्ठ हैं। उन्होंने यह भी कहा कि भारत के लोग सबसे भरोसेमंद और सबसे दयालु हैं।
लेकिन अब हमें इनमें से कुछ भी देखने को नहीं मिलता। आजकल भारत को दुनिया के सबसे भ्रष्ट देशों में गिना जाता है। इतना महान देश इस तरह पतन की ओर कैसे चला गया? आज भारत की आधी आबादी निरक्षर है और गरीबी में जीवन व्यतीत कर रही है। आखिर हालात इस हद तक क्यों पहुंच गए?
स्वामीजी ने कहा, "भारत हजारों वर्षों से शांतिपूर्वक विद्यमान रहा है। यहाँ उस समय भी चहल-पहल थी जब ग्रीस का अस्तित्व भी नहीं था, रोम का नामोनिशान भी नहीं था, जब आधुनिक यूरोपीय लोगों के पूर्वज जंगलों में रहते थे और खुद को नीले रंग से रंगते थे। उससे भी पहले, जब इतिहास का कोई रिकॉर्ड नहीं है, और परंपरा उस गहन अतीत के अंधकार में झाँकने का साहस नहीं करती, तब से लेकर अब तक, यहाँ से एक के बाद एक विचार निकलते रहे हैं।"
14 हनुमान: एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए हमारा आदर्श
तो फिर भारत का पतन क्यों हुआ? स्वामीजी ने उत्तर दिया, "भारत का पतन इसलिए नहीं हुआ कि प्राचीन काल के नियम और रीति-रिवाज खराब थे, बल्कि इसलिए हुआ कि उन्हें उनके उचित परिणाम तक पहुंचने नहीं दिया गया।" लोग आदर्शों को ठीक से व्यवहार में लाने में असफल रहे और इसके परिणामस्वरूप पतन, अशिक्षा, गरीबी और गुलामी जैसी समस्याएं उत्पन्न हुईं। उन्होंने आगे कहा कि कोई राष्ट्र उतना ही महान होता है जितने महान पुरुष वह पैदा कर सकता है। यदि कोई राष्ट्र पतन की ओर अग्रसर है, तो यह दर्शाता है कि वह राष्ट्र चरित्रवान और महान पुरुषों

को पैदा करने में असमर्थ है।
स्वामीजी ने यह भविष्यवाणी की थी कि भारत एक बार फिर महान बनेगा और अपनी पूर्व गौरवशाली स्थिति को पुनः प्राप्त करेगा। लेकिन इसके लिए उन्होंने हमें अपने इतिहास का गहन अध्ययन करने और अपने प्राचीन ऋषियों द्वारा सिखाए गए गुणों के आधार पर अपने व्यक्तित्व का विकास करने के लिए प्रेरित किया।
03. हमारी कमियां क्या हैं?
व्यक्तित्व?
बुद्धिमान कौन है? वह व्यक्ति जो अपनी गलतियों को स्वीकार करने और उन्हें सुधारने के लिए तैयार रहता है, वही सबसे बुद्धिमान होता है। इस प्रकार व्यक्ति अपने व्यक्तित्व में सुधार ला सकता है। स्वामीजी ने हममें, अर्थात् वर्तमान भारतीय समाज में मौजूद कमजोरियों और खामियों की ओर इशारा किया। आइए उन पर संक्षेप में चर्चा करें।

दासतापूर्ण मानसिकता
स्वामीजी ने बिना लाग-लपेट के हमारी स्थिति का वर्णन किया। “भाई! हम सब कुछ से छुटकारा पा सकते हैं, लेकिन उस शापित ईर्ष्या से नहीं... दूसरों की बुराई करना और दूसरों की महानता से ईर्ष्या करना हमारे लिए राष्ट्रीय पाप है। महानता तो केवल मेरी है, किसी और को उस तक नहीं पहुंचना चाहिए! ...आपस में झगड़ा करना और गाली-गलौज करना हमारे राष्ट्रीय लक्षण हैं। आलसी, निकम्मे, अशिष्ट, ईर्ष्यालु, कायर और झगड़ालू, यही हम हैं!”
उन्होंने कहा कि गुलामी के लंबे दौर के कारण ही हममें ये लक्षण उत्पन्न हुए हैं। उन्होंने आगे कहा कि हममें से प्रत्येक के लिए अपना स्वार्थ ही सर्वोपरि है और हर कोई अपनी बात मनवाना चाहता है। स्वामीजी ने कहा, “हर कोई हुकुम चलाना चाहता है। कोई आज्ञा मानना नहीं चाहता!” इस बुरे स्वभाव के कारण कोई भी सामूहिक कार्य संभव नहीं है। इसी कारण हम न केवल व्यक्तिगत स्तर पर कोई महानता प्राप्त करने में असफल होते हैं, बल्कि हमारे आसपास का समाज भी समृद्ध नहीं हो पाता।
हमारा सुख-शांति हमारे आस-पास के समाज के सुख-शांति में निहित है। यह एक निर्विवाद सत्य है। जब हमारे सभी साथी मनुष्य सुखी और स्वस्थ होंगे, तभी हम भी सुखी और स्वस्थ होंगे।
हमारे शरीर में कोई शक्ति नहीं है।
हम तोते की तरह कई बातें दोहराते हैं, लेकिन कभी करते नहीं; बोलना और न करना हमारी आदत बन गई है। 16 हनुमान: एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए हमारा आदर्श हमारे साथ। इसका कारण क्या है? शारीरिक दुर्बलता!” स्वामीजी ने हमारी दुर्बल शारीरिक स्थिति और उसके परिणाम के बारे में यही कहा था। जब हमारा शरीर दुर्बल होता है, तो हमारे विचार और इच्छाशक्ति भी दुर्बल हो जाते हैं। भय और कायरता ऐसे व्यक्ति के चरित्र का अभिन्न अंग बन जाते हैं। जो लोग भय से काम करते हैं और दुर्बल मन से निर्णय लेते हैं, उनसे हम किसी महान कार्य की अपेक्षा कैसे कर सकते हैं?
स्वामीजी अक्सर एक श्लोक उद्धृत करते थे: “धन की देवी सिंहप्रभु हृदय वाले और सिंहप्रभु के

समान निडर होकर सदा सक्रिय रहने वाले व्यक्ति की शरण लेती हैं।" इतना ही नहीं, उन्होंने हमें यह भी सलाह दी, "जो भी चीज आध्यात्मिक, मानसिक या शारीरिक कमजोरी लाती है, उसे अपने पैरों की उंगलियों से भी मत छुओ।"

दीर्घकालिक अस्वस्थता शारीरिक कमजोरी का परिणाम है और यह एक अच्छे व्यक्तित्व के निर्माण में बाधा उत्पन्न करती है। अत्यधिक नींद भी एक बीमारी है और शारीरिक कमजोरी का संकेत है। स्वामीजी ने कहा कि कोई भी बीमारी केवल कमजोरी के कारण होती है। उन्होंने कहा, "सभी कमजोरी और बीमारियों को त्याग दो। अपने आप को ऐसे बलवान पुरुषों के रूप में कल्पना करो जिन्हें कोई बीमारी छू नहीं सकती। यदि तुम प्रतिदिन एक घंटे के लिए ऐसा कल्पना कर सको, तो तुम्हारी सारी कमजोरी और बीमारियां दूर हो जाएंगी।" इसलिए एक मजबूत शरीर और एक मजबूत मन का निर्माण हमारे व्यक्तित्व विकास का एक महत्वपूर्ण हिस्सा बन जाता है।

हमें शारीरिक श्रम से नफरत है

हमें शारीरिक परिश्रम से नफरत है। हम हर समय आराम से बैठना पसंद करते हैं। ऐसे काम जिनमें शारीरिक श्रम करना पड़ता है, हमारी सर्वोच्च प्राथमिकता है। आमतौर पर छोटे-मोटे काम के लिए भी हम दूसरों पर निर्भर रहते हैं। एक समाज के रूप में हम हर चीज के लिए सरकार पर निर्भर रहने के आदी हो चुके हैं। इस तरह के रवैये का मुख्य कारण यह है कि समाज के मार्गदर्शक माने जाने वाले लोग स्वयं शारीरिक श्रम से दूर भाग रहे हैं।

स्वामीजी ने हमारी शिक्षा प्रणाली की खामियों की ओर इशारा किया। हमारी शिक्षा प्रणाली शारीरिक श्रम का महत्व, श्रम की गरिमा और आत्मसम्मान नहीं सिखा रही है। उन्होंने कहा: "आलस्य, नीचता और पाखंड ने पूरे देश को जकड़ लिया है। क्या कोई बुद्धिमान व्यक्ति यह सब देखकर चुप रह सकता है? क्या इससे आँखों में आँसू नहीं आते? मद्रास, बंबई, पंजाब, बंगाल— जहाँ भी देखता हूँ, जीवन का कोई संकेत नहीं दिखता। तुम स्वयं को उच्च शिक्षित समझते हो। तुमने क्या बकवास सीखी है? किसी विदेशी भाषा में दूसरों के विचारों को रटकर, उन्हें अपने दिमाग में भरकर और कुछ विश्वविद्यालय की डिग्रियाँ लेकर, तुम स्वयं को शिक्षित समझते हो! धिक्कार है तुम पर! क्या यही शिक्षा है? तुम्हारी शिक्षा का उद्देश्य क्या है? या तो क्लर्क बनना, या धूर्त वकील बनना, या अधिक से अधिक डिप्टी मजिस्ट्रेट बनना, जो कि 18 हनुमान महान व्यक्तित्व निर्माण के लिए हमारा आदर्श है

क्या यह क्लर्कशिप का एक और रूप है? बस इतना ही? अपनी आँखें खोलो और देखो कि भारत की समृद्ध भूमि में भोजन के लिए कितनी दयनीय पुकार उठ रही है! क्या तुम्हारी शिक्षा इस कमी को पूरा कर पाएगी?

स्वामीजी ने हमें सलाह दी: "तुम्हें अपने शरीर को मजबूत बनाना सीखना चाहिए और दूसरों को भी यही सिखाना चाहिए। क्या तुम मुझे आज भी प्रतिदिन डम्बल से व्यायाम करते नहीं देखते? सुबह और शाम टहलें और शारीरिक श्रम करें। शरीर और मन का संतुलन बना रहना चाहिए। हर चीज के लिए दूसरों पर निर्भर रहना उचित नहीं है। जब लोगों को शरीर को मजबूत बनाने की आवश्यकता का एहसास हो जाएगा, तो वे स्वयं ही प्रयास करेंगे। उन्हें इस आवश्यकता का

एहसास कराने के लिए ही इस समय शिक्षा आवश्यक है।"
हम चाहे जो भी काम करें, उससे कोई फर्क नहीं पड़ता, सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि हम उसे कैसे करते हैं। हम किसी भी पेशे, व्यापार या जीवन के किसी भी क्षेत्र में हो सकते हैं। इतिहास में हमने जितने भी महान पुरुषों को देखा है, वे इस बात से कहीं अधिक चिंतित थे कि वे कैसे काम करते हैं, न कि इस बात से कि वे क्या काम करते हैं।
स्वामीजी ने सिखाया, "तुम्हें अपने जीवन में अपार आदर्शवाद और अपार व्यावहारिकता का संयोजन करने का प्रयास करना चाहिए। तुम्हें अभी गहन ध्यान में जाने के लिए तैयार रहना चाहिए, और अगले ही पल इन क्षेत्रों में जाकर खेती करने के लिए तैयार रहना चाहिए।"
(स्वामीजी ने यह कहते हुए इशारा किया)

03. हमारे व्यक्तित्व में क्या कमियां हैं? 19

रामकृष्ण मठ के मैदानों में काम करते समय, आपको शास्त्रों की जटिलताओं को समझाने के लिए तैयार रहना होगा और अगले ही पल खेतों की उपज को बाजार में बेचने के लिए भी तैयार रहना होगा। आपको हर तरह की छोटी-मोटी सेवा के लिए तैयार रहना होगा।
अंधा अनुकरण
भारत एक हजार वर्षों तक गुलामी में रहा। इसलिए, गुलाम समाज की एक महत्वपूर्ण विशेषता यह है कि वे अपने स्वयं के धन को पतित और विजयी जाति के धन को उत्तम और गौरवशाली मानते हैं। इसके अलावा, यह गुलाम जाति को इस भ्रम में रखता है कि विजयी जाति का अनुकरण करना ही महानता प्राप्त करने का एकमात्र मार्ग है। आज भी हम यह सोचते हैं कि पश्चिमी संस्कृति हमारी संस्कृति से श्रेष्ठ है और पश्चिमी विचारों का अनुकरण करके हम प्रसिद्धि प्राप्त कर लेंगे। लेकिन स्वामीजी ने जोर देकर कहा कि अपने इतिहास और संस्कृति के महान व्यक्तित्वों का अनुकरण करना और उनके गुणों को आत्मसात करना ही हमारे उत्थान का एकमात्र मार्ग है।
"हे भारत! क्या तुम दूसरों की इस मात्र नकल, दूसरों की इस घटिया नकल, दूसरों पर इस निर्भरता, इस दासतापूर्ण कमजोरी, इस घृणित क्रूरता के सहारे सभ्यता और महानता के सर्वोच्च शिखर पर पहुँच पाओगे? क्या तुम अपनी इस शर्मनाक कायरता के बल पर वह स्वतंत्रता प्राप्त कर पाओगे जो केवल वीर और साहसी लोगों को ही प्राप्त है?"
20 हनुमान: एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए हमारा आदर्श
अत: जब तक हम स्वामीजी द्वारा बताए गए उपरोक्त बुरे गुणों से छुटकारा नहीं पा लेते, तब तक हम अच्छे व्यक्तित्व का निर्माण नहीं कर पाएंगे। साथ ही, हमें यह भी नहीं भूलना चाहिए कि स्वामीजी ने हमें अपने प्रिय पूर्वजों से विरासत में मिले निस्वार्थता, त्याग और ईमानदारी जैसे नेक गुणों को न भूलते हुए, विदेशियों में जो भी अच्छा है, उसे सीखने के लिए कहा है। हमें पश्चिमी देशों से कौशल, दृढ़ता, आज्ञाकारिता और संगठन जैसे गुणों को आत्मसात करना होगा।
04. क्या एक महान व्यक्तित्व का निर्माण करना संभव है?
जी हाँ! व्यक्तित्व का निर्माण संभव है! हमें इसे स्वयं ही निर्मित करना होगा। कोई और हमारे लिए यह नहीं कर सकता। कोई हमें महान व्यक्तित्व उपहार में नहीं दे सकता।

अब हमें यह समझना होगा कि हमारे पास पहले से ही एक व्यक्तित्व है। वास्तव में, इसी की बदौलत हम आज इस मुकाम तक पहुंचे हैं। और बेहतर और महान बनने के लिए हमें अपने व्यक्तित्व को और निखारना और विकसित करना होगा। लेकिन यह कार्य हमें स्वयं ही करना होगा।

क्या इसे करने का कोई विशिष्ट तरीका है? जी हां, है।

हम अपनी व्यक्तित्व संबंधी कमियों के कारण गलतियाँ करते हैं। जैसे-जैसे हमारा व्यक्तित्व बेहतर होता जाता है, हम कम गलतियाँ करते हैं। सबसे पहले, हमें अपनी गलतियों को स्वीकार करना होगा। हमें अपनी कमियों का विश्लेषण करना होगा और यह सुनिश्चित करना होगा कि हम वही गलतियाँ दोबारा न दोहराएँ।

05. क्या हमें अपने व्यक्तित्व के निर्माण के लिए एक आदर्श की आवश्यकता है? 21

इसे हासिल करने के लिए हमें खुद के प्रति ईमानदार रहना होगा और यह दृढ़ संकल्प लेना होगा कि हम बार-बार वही गलतियाँ नहीं दोहराएंगे। वास्तव में, यही वह प्रक्रिया है जिसके द्वारा हम अपने व्यक्तित्व का निर्माण करते हैं।

स्वामीजी ने कहा कि वे अपने जीवन में की गई गलतियों को आशीर्वाद देंगे और आगे कहा कि इनसे वे एक बेहतर इंसान बने। इसलिए, अगर हम कोई गलती करते हैं, तो वह बुरी बात नहीं है, लेकिन अगर हम उसे सुधारते नहीं हैं, तो वह बहुत बुरी बात है।

05. क्या हमें अपने निर्माण के लिए एक आदर्श की आवश्यकता है?

व्यक्तित्व?

स्वामी विवेकानंद ने कहा था, “जैसा तुम सोचोगे, वैसा ही बन जाओगे। अगर तुम खुद को कमजोर समझोगे, तो कमजोर बन जाओगे। अगर तुम खुद को मजबूत समझोगे, तो मजबूत बन जाओगे।” अब, शक्ति के बारे में निरंतर कैसे सोचें? हमें अपने सामने एक आदर्श रखना होगा। हमें एक ऐसे आदर्श की आवश्यकता है जो शक्ति का प्रतीक हो और जो हमें निरंतर शक्ति की याद दिलाता रहे।

स्वामीजी ने कहा कि आदर्श का अनुसरण करना हमारे लिए बेहतर होगा। उन्होंने आगे कहा, “आदर्श बेशक दूर हो सकता है, लेकिन साथ ही हम यह भी जानते हैं कि यह हमारा लक्ष्य होना चाहिए। हमें सर्वोच्च आदर्श (जिसकी हम कल्पना कर सकते हैं) को अपनाना चाहिए।”

दुर्भाग्यवश, इस जीवन में अधिकांश व्यक्ति बिना किसी मार्गदर्शन के इस अंधकारमय जीवन में भटक रहे हैं। 22 हनुमान: एक महान व्यक्तित्व निर्माण के लिए हमारा आदर्श

आदर्श होना बिल्कुल भी उचित नहीं है। यदि आदर्शों वाला व्यक्ति हजार गलतियाँ करता है, तो मुझे यकीन है कि बिना आदर्शों वाला व्यक्ति पचास हजार गलतियाँ करेगा।

इसलिए एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए, आदर्शों को बनाए रखना अत्यंत आवश्यक है।

06. आदर्श क्या है?

हम अपनी वर्तमान स्थिति से प्रसन्न नहीं हैं। इसलिए हम ऐसी अवस्था प्राप्त करना चाहते हैं जहाँ हम परिपूर्ण हों। उस अवस्था में हम कोई गलती नहीं करेंगे और कोई दुख नहीं होगा। ऐसी अवस्था प्राप्त करने के बाद हम सदा परम आनंद की स्थिति में रहेंगे। उस शिखर को प्राप्त करने

के बाद कुछ भी प्राप्त करने की इच्छा नहीं रहेगी। ऐसी परिपूर्ण अवस्था ही हमारा आदर्श है। आदर्श की यह अवधारणा जरूरी नहीं कि हमारे स्वयं के विचारों से उत्पन्न हो। हो सकता है किसी ने हमें इसका वर्णन किया हो।

इसलिए, हम आदर्श को किसी व्यक्ति द्वारा अपने मन में स्थापित की जा सकने वाली सर्वोच्च और महानतम अवधारणा के रूप में परिभाषित कर सकते हैं। यह आदर्श व्यक्ति-दर-व्यक्ति और लोगों की रुचियों के अनुसार भिन्न होता है। जैसे-जैसे हम अपने जीवन में विकसित होते हैं, यह भी विकसित होता रहता है।

स्वाभाविक रूप से, हर इंसान उस उच्च अवस्था को प्राप्त करने की आकांक्षा रखता है। हालांकि, हममें से अधिकांश लोग यह नहीं जानते कि ऐसी अवस्था तक कैसे पहुंचा जाए। निराश न हों, स्वामी विवेकानंद के संदेश के रूप में सहायता हमेशा उपलब्ध है। उन्होंने

08. क्या यह आवश्यक है कि हमारे आदर्श का कोई स्वरूप हो? 23

हमें उस आदर्श तक पहुंचने के तरीकों और साधनों के बारे में सभी विवरण बताएं।

07. उस आदर्श को व्यवहारिक रूप कैसे दिया जाए

स्तर?

हम उस आदर्श को अपने दैनिक जीवन में कैसे उतारें? हम उसे व्यवहार में कैसे लाएं? हम उस आदर्श के आधार पर अपने व्यक्तित्व का निर्माण कैसे करें?

स्वामीजी ने इन प्रश्नों के उत्तर दिए। उन्होंने कहा, “एक आदर्श का होना बेहतर है। और इस आदर्श के बारे में हमें जितना हो सके उतना सुनना चाहिए, जब तक कि यह हमारे हृदय, हमारे मस्तिष्क, हमारी रगों में समा न जाए, जब तक कि यह हमारे रक्त की हर बूंद में झनझनाहट पैदा न कर दे और हमारे शरीर के हर रोम-रोम में व्याप्त न हो जाए। हमें इस पर ध्यान करना चाहिए।” स्वामीजी ने यह भी कहा, “'हृदय की परिपूर्णता से मुख बोलता है,' और हृदय की परिपूर्णता से हाथ भी कार्य करता है।”

इसलिए जब कोई आदर्श हमारे शरीर की हर कोशिका में समा जाता है, तो हम उस आदर्श के समान ही महानता प्राप्त कर लेते हैं। हमारा हर काम उसी स्तर की पूर्णता और महानता को दर्शाने लगता है।

08. क्या यह आवश्यक है कि हमारे आदर्श में एक

रूप?

दो दशक पहले हमारे पास डीओएस (डिस्क ऑपरेटिंग सिस्टम) पर चलने वाले कंप्यूटर थे। उस ऑपरेटिंग सिस्टम का उपयोग करते समय हमें मॉनिटर पर केवल शब्द और संख्याएँ ही दिखाई देती थीं। उन कंप्यूटरों पर काम करना मुश्किल होता था। वास्तव में, अधिकांश लोग उन पर काम करने में असफल रहे। लेकिन बाद में, कंप्यूटर ग्राफिकल यूजर इंटरफेस (जीयूआई) वाले ऑपरेटिंग सिस्टम पर काम करने लगे। इन सिस्टमों में कंप्यूटर के प्रत्येक कार्य को दर्शाने वाले छोटे आइकन या छोटी छवियां मॉनिटर पर प्रदर्शित होती हैं। अब हम सभी जानते हैं कि इन कंप्यूटरों पर काम करना कितना आसान है। इसी तरह, हम यह भी अच्छी तरह जानते हैं कि जब किसी चीज को चित्रों के माध्यम से समझाया जाता है तो उसे समझना कहीं अधिक आसान हो

जाता है।

भगवद् गीता (12:5) में भी यही विचार व्यक्त किया गया है।
avyakt¡ hi gatir duÅkhaÆ d®havadbhirav¡pyat®
'उन चीजों के बारे में सोचना और समझना कठिन और परेशानी भरा होता है जिनका कोई आकार नहीं होता। आकार वाली चीजों को समझना और उनकी कल्पना करना आसान होता है। और ऐसा करने में हमें कम कठिनाई का सामना करना पड़ता है।'
यद्यपि स्वामीजी ने एक आदर्श का विस्तृत वर्णन किया, फिर भी वे भली-भांति जानते थे कि केवल इतने विस्तृत वर्णन से ही हम उस आदर्श को समझ नहीं पाएंगे और उसे अपने दैनिक जीवन में व्यावहारिक रूप से लागू नहीं कर पाएंगे। कुछ अमूर्त विचारों को सुनकर हर कोई व्यक्तित्व निर्माण में सफल नहीं हो सकता। हर कोई उस बौद्धिक स्तर तक नहीं पहुंच सकता और न ही हर किसी में उतनी मानसिक परिपक्वता आ सकती है।

09. किस प्रकार का व्यक्ति हमारा आदर्श हो सकता है? 25

स्वामीजी ने हमें उन महान पुरुषों और महिलाओं के जीवन का अनुसरण करने के लिए प्रेरित किया जिन्होंने हमारी मातृभूमि को गौरव दिलाया। हमारी संस्कृति द्वारा हमें विरासत में मिले ऐसे व्यक्तित्व हमारे लिए सबसे उपयुक्त होंगे।
हालांकि, आदर्श का चुनाव करते ही हमारी कमियां और खामियां गायब नहीं हो जाएंगी। आदर्श हमारे मन में उस क्षण प्रकट होगा जब हम कोई गलती करने वाले होंगे और हमें गलत रास्ते पर जाने से रोकेगा। हमें स्वामीजी की कही बात याद रखनी चाहिए: "यदि आदर्श वाला व्यक्ति हज़ार गलतियां करता है, तो मुझे यकीन है कि आदर्शहीन व्यक्ति पचास हज़ार गलतियां करेगा!"
09. किस प्रकार का व्यक्ति हमारा आदर्श हो सकता है?
जब स्वामीजी की उपस्थिति में कोई भारत के लोगों की प्रशंसा करते हुए कह रहा था कि यहाँ के लोग बहुत नैतिक और सदाचारी हैं, तो स्वामीजी थोड़ा आह भरकर बोले, "काश मेरे देश में ऐसा न होता, क्योंकि यह तो मृत्यु के समान पुण्य है!" उनका तात्पर्य था कि इस प्रकार का पुण्य मृत्यु से भी बदतर है। क्या इसका अर्थ यह है कि स्वामीजी चाहते थे कि लोग बुरे हों? नहीं! बिलकुल नहीं, वे इस तथ्य पर ज़ोर देना चाहते थे कि लोग तमस में डूबे हुए हैं और लोगों की नैतिकता सच्ची धार्मिकता के बजाय जड़ता और अक्षमता से उत्पन्न होती है। यह अच्छाई, तमस का परिणाम है, जो हनुमान जी के आदर्श (26) के बिल्कुल विपरीत है, जो एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए हमारा आदर्श है।
सत्व देखने में काफी हद तक एक जैसा ही लगता है। लेकिन, एक सच्चा नैतिक और सदाचारी जीवन सत्व पर आधारित होना चाहिए।
स्वामीजी ने कहा, "भारत में अधिकांश लोग दावा करते हैं कि वे बहुत सात्विक (शांत और संयमित) हैं, लेकिन वास्तव में वे तमस (जड़ता और आलस्य) में डूबे हुए हैं।" वे बार-बार कहते थे कि पहले हमें इस तमस से मुक्ति पानी होगी और रजस का चरित्र विकसित करना होगा, तभी हम सत्व को प्राप्त कर सकेंगे।

स्वामीजी ने हमें रजस विकसित करने के लिए कहा और बोला, “तभी लोग पूरे जोश और दृढ़ इच्छाशक्ति के साथ काम पर लगकर बलवान बनेंगे। मैंने इस विषय पर गहन विचार किया है और इस निष्कर्ष पर पहुँचा हूँ कि आजकल इस देश में जो लोग धर्म का प्रचार और प्रचार करते हैं, उनमें से अधिकांश विकृत मानसिकता से ग्रस्त हैं; वे या तो धूर्त हैं या कट्टरपंथी। रजस का पर्याप्त विकास किए बिना न तो इस लोक में और न ही परलोक में कोई आशा है। पूरा देश तीव्र तमस से ग्रस्त है; और स्वाभाविक रूप से इसका परिणाम यही है - इस जीवन में दासता और परलोक में नरक।”

अपने व्यक्तित्व में किस गुण की प्रधानता है, इसे समझने का प्रयास करके और अगले गुण की ओर बढ़ने का प्रयास करके, व्यक्ति धीरे-धीरे अपने व्यक्तित्व में सुधार कर सकता है।

09. किस प्रकार का व्यक्ति हमारा आदर्श हो सकता है? 27

उन्होंने हमें एक आदर्श चरित्र चुनने और उसका अनुकरण करने का स्पष्ट संकेत भी दिया। “हमें अब मुख्य रूप से एक ऐसे नायक की आवश्यकता है जिसमें अपार साहस हो।”

तीन गुण और उनकी विशेषताएं। गुण शब्द को किसी व्यक्ति के गुण या विशेषता के रूप में परिभाषित किया जाता है।

किसी व्यक्ति का वह गुण जो उसके व्यवहार के रूप में प्रकट होता है। मानव व्यवहार को तीन गुणों के आधार पर वर्गीकृत किया जाता है।

सत्व: इस गुण की पहचान शुद्धता है।

इसी कारण हमें अतुलनीय शांति और कार्यकुशलता प्राप्त होती है। जो लोग इससे परिपूर्ण होते हैं, वे अनजाने में भी कोई गलती नहीं करते। वे कभी दूसरों को दुख नहीं पहुंचाते।

राजस: इस गुण की पहचान तीव्र जुनून है।

इसी वजह से बहुत अधिक हलचल पैदा होती है। इससे बेचैनी भी बढ़ती है। और इस अत्यधिक हलचल के परिणामस्वरूप, काम से जुड़े अच्छे और बुरे दोनों पहलू हमें सुख और दुख दोनों का अपना हिस्सा देते हैं।

तमस: अज्ञान ही इसका प्रमुख लक्षण है।

गुण। लापरवाही, आलस्य, नींद और विस्मृति इसी गुण का परिणाम हैं।

28 हनुमान: एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए हमारा आदर्श

राजस की आत्मा सिर से पैर तक उसकी रगों में दौड़ रही है—वह वीर जो सत्य को जानने के लिए साहस और प्राण त्यागने को तैयार है—वह वीर जिसका कवच त्याग है, जिसकी तलवार ज्ञान है। हमें अब जीवन के युद्धक्षेत्र में वीर योद्धा की भावना चाहिए, न कि उस प्रेमी की जो जीवन को आनंद-उद्यान समझता है!

उन्होंने हमसे कहा कि हम ज्ञान को अपनी तलवार और त्याग को अपना कवच बनाएं। आइए पहले कवच की बात करते हैं। कवच क्या करता है? यह हमें सुरक्षा प्रदान करता है। हमें सुरक्षा की आवश्यकता क्यों महसूस होती है? क्योंकि हमें कुछ खोने का डर होता है। लेकिन जो लोग त्याग से परिपूर्ण हैं, अर्थात् निस्वार्थ हैं, उनके पास छिपाने या संरक्षित करने के लिए कुछ भी

नहीं है। इसलिए, वे किसी भी चीज़ से नहीं डरते। क्या इस दुनिया में ऐसी कोई चीज़ है जो हमें पूर्णता प्राप्त करने में इससे बेहतर सहायता कर सके?
तलवार हमें युद्ध में आगे बढ़ाती है। यह शत्रु को मारने और अपने सगे-संबंधियों की रक्षा करने में हमारी सहायता करती है। ज्ञान हमें अच्छे और बुरे के बीच अंतर करना सिखाता है। बल्कि, ज्ञान हमें यह सिखाता है कि किसे अपनाना चाहिए और किसे त्यागना चाहिए। इसलिए जब हम इस ज्ञान को अपनी तलवार बना लेते हैं, तब हम अपने भीतर के बुरे गुणों को नष्ट करके सही दिशा में आगे बढ़ सकते हैं।

10. वे आदर्श कौन से हैं?

हमारे आदर्श क्या होने चाहिए, यह बताने के बाद, स्वामीजी ने विशेष रूप से कुछ प्रख्यात और प्रतिष्ठित व्यक्तित्वों का उल्लेख किया और हमें उन्हें अपना आदर्श बनाने के लिए कहा। वे महान पुरुष जिन्होंने मानव जाति को गौरवान्वित किया और हमें अपने जीवन में हमारी संस्कृति के सदियों पुराने सद्गुणों को तार्किक रूप से लागू करने का मार्ग दिखाया, उन्हें ही हमें अपना आदर्श मानना चाहिए।
स्वामीजी ने कहा: "देश का उत्थान करना होगा। महावीर (हनुमान) की पूजा का प्रचलन स्थापित करना होगा; शक्ति पूजा को हमारी दैनिक दिनचर्या का हिस्सा बनाना होगा; प्रत्येक घर में श्री राम की पूजा करनी होगी। इसी में आपका कल्याण निहित है, इसी में देश का भला निहित है – इसके अलावा कोई और रास्ता नहीं है... सर्वप्रथम, हमें महान संतों की पूजा का प्रचलन स्थापित करना होगा। उन महान आत्माओं को, जिन्होंने शाश्वत सत्यों को जान लिया है, जनता के समक्ष आदर्श के रूप में प्रस्तुत करना होगा; जैसे भारत के संदर्भ में – श्री राम, श्री कृष्ण, महावीर हनुमान और श्री रामकृष्ण, आदि। क्या आप इस देश में श्री राम और महावीर हनुमान की पूजा का प्रचलन स्थापित कर सकते हैं? श्री कृष्ण के वृंदावन स्वरूप को कुछ समय के लिए त्याग दें और सिंह के समान वाणी में गीता का पाठ करते श्री कृष्ण की पूजा का व्यापक प्रसार करें। 30
हनुमान – महान व्यक्तित्व निर्माण के लिए हमारा आदर्श
और शक्ति की पूजा को दैनिक जीवन में अपनाएं— जो दिव्य माँ हैं, समस्त शक्ति का स्रोत हैं। उन्होंने अपने एक शिष्य के प्रश्न का उत्तर देते हुए स्पष्ट रूप से समझाया कि कैसे एक मजबूत व्यक्तित्व का आदर्श हमें वही शक्ति और जीवंतता प्रदान करेगा।
शिष्य: श्रीमान, कभी-कभी मैं उदास हो जाता हूँ, मुझे नहीं पता क्यों।
स्वामीजी: तब इस प्रकार सोचो: "मैं किसका बच्चा हूँ? (मेरा आदर्श इतना महान है!) मैं उनके साथ रहता हूँ, क्या मैं इतना कमजोर मन और नीच आत्मा रख सकता हूँ?" मन और हृदय की इस कमजोरी को कुचलकर, खड़े हो जाओ और कहो, "मैं वीरता से परिपूर्ण हूँ – मैं स्थिर बुद्धि से परिपूर्ण हूँ।" मैं उस महान वंश का हूँ जिसके पूर्वज महान ऋषि थे। अपनी गरिमा के प्रति पूर्णतः सजग रहो। इससे अच्छा फल मिलेगा। जिसमें यह गौरव नहीं है, उसमें ब्रह्म का जागरण नहीं होता। इस गौरव को सदा अपने मन में जागृत रखो। तब मन और हृदय की कमजोरी तुम तक

नहीं पहुँच पाएगी। कभी भी कमजोरी को अपने मन पर हावी न होने दो। महावीर हनुमान का स्मरण करो! देवी माँ का स्मरण करो! और तुम देखोगे कि समस्त कमजोरी और कायरता क्षण भर में लुप्त हो जाएगी।

जैसा कि हम स्पष्ट रूप से देख सकते हैं, स्वामीजी ने उन व्यक्तित्वों को स्पष्ट रूप से परिभाषित किया है जो हमारे आदर्श हो सकते हैं।

12. लेकिन ऐसे आदर्श पुरुष को कैसे और कहाँ पाया जाए? 31

11. क्या हमारी ही संस्कृति का कोई दूसरा व्यक्ति हो सकता है?

हमारा आदर्श?

स्वामीजी ने हमें यह भी चेतावनी दी कि फिलहाल हमारी संस्कृति में मौजूद कुछ विशेष प्रकार के आदर्शों से दूर रहें।

शिष्य: तो क्या गोपियों के आदर्श में वर्णित प्रेम का मार्ग झूठा है?

स्वामीजी: ऐसा कौन कहता है? मैं तो नहीं! (परन्तु,) वह उपासना का एक अत्यंत श्रेष्ठ रूप है (साधना)। इंद्रिय सुख और धन के प्रति अत्यधिक आसक्ति के इस युग में, बहुत कम लोग ही उन उच्च आदर्शों को समझ पाते हैं... वर्तमान परिस्थितियों में, वह उपासना आपके लिए किसी काम की नहीं है। बांसुरी बजाने आदि से देश का पुनरुत्थान नहीं होगा। हमें अब सबसे अधिक एक ऐसे नायक की आवश्यकता है जिसके रगों में सिर से पैर तक राजस का प्रचंड जोश दौड़ रहा हो।

उन्होंने आगे कहा कि राजस अत्यधिक सक्रियता उत्पन्न करेंगे और हमें ठंडे खून वाले सरीसृपों की तरह निष्क्रिय रहने के बजाय अत्यधिक तीव्रता के साथ काम करने में सक्षम बनाएंगे।

12. लेकिन ऐसे आदर्श को कैसे और कहाँ पाया जाए?

आदमी?

स्वामीजी ने दो महान महाकाव्यों - रामायण और महाभारत - की महानता का बखान किया। उन्होंने कहा, 32 हनुमान महान व्यक्तित्व निर्माण के लिए हमारे आदर्श हैं।

“रामायण और महाभारत दो ऐसे महाकाव्य हैं जो पिछले कई हज़ार वर्षों से संपूर्ण हिंदू जगत की पोषित विरासत रहे हैं और ये हिंदुओं के विचारों और नैतिक मूल्यों का आधार हैं। वास्तव में, रामायण और महाभारत प्राचीन आर्य जीवन और ज्ञान के दो विश्वकोश हैं, जो एक आदर्श सभ्यता का चित्रण करते हैं, जिसकी आकांक्षा मानवता को अभी भी करनी है।”

इन महाकाव्यों में हमें ऐसे महान पुरुषों की जीवन कथाएँ मिलती हैं। स्वामीजी ने सिखाया कि हमारे बच्चों और युवाओं को इन महाकाव्यों की कहानियाँ और उनसे मिलने वाली शिक्षाओं को सीखना चाहिए और उसी के अनुसार अपने व्यक्तित्व का निर्माण करना चाहिए। स्वामीजी ने विशेष रूप से हनुमान जी - महावीर - के महान व्यक्तित्व पर बल दिया और उन्हें हमारे लिए आदर्श बताया।

13. हमें हनुमान को अपना गुरु क्यों मानना चाहिए?

आदर्श?

एक शिष्य ने पूछा, "अब हमें किस आदर्श का अनुसरण करना चाहिए?"

स्वामीजी ने उनसे कहा, “अब तुम्हें महावीर हनुमान के चरित्र को अपना आदर्श बनाना है। देखो, कैसे उन्होंने राम के आदेश पर सागर पार किया। उन्हें जीवन-मृत्यु की कोई चिंता नहीं थी! वे अपनी इंद्रियों पर पूर्ण नियंत्रण रखते थे और अद्भुत रूप से बुद्धिमान थे। अब तुम्हें अपने जीवन को व्यक्तिगत सेवा के इस महान आदर्श पर आधारित करना है। इसके माध्यम से, अन्य सभी आदर्श धीरे-धीरे जीवन में प्रकट हो जाएंगे।”

14. कुछ और अच्छे गुण जिन्हें विकसित करने की आवश्यकता है 33

गुरु की आज्ञा का निःसंकोच पालन और ब्रह्मचर्य का कड़ाई से पालन करना ही सफलता का रहस्य है। हनुमान जी एक ओर सेवा के आदर्श का प्रतीक हैं, तो दूसरी ओर सिंह समान साहस का, जो समस्त विश्व को विस्मय में डाल देता है। राम के कल्याण के लिए प्राणों का बलिदान देने में उन्हें जरा भी संकोच नहीं होता। राम की सेवा के सिवा किसी भी बात के प्रति वे परम उदासीन रहते हैं, यहाँ तक कि ब्रह्मा और शिव जैसे महान विश्वदेवों के पद की प्राप्ति के प्रति भी! राम के सर्वोत्तम कार्य को पूरा करना ही उनके जीवन का एकमात्र संकल्प है! ऐसी सच्ची भक्ति ही आवश्यक है।

14. कुछ और अच्छे गुण जो आवश्यक हैं

खेती

लंबी गुलामी के कारण हमारी खान-पान की आदतें, सोचने-समझने की क्षमता, मनोरंजन के साधन जैसे संगीत, साहित्य और कलाएँ, सब कुछ पतित हो गया है। एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए हमें इन बातों पर भी ध्यान देना होगा।

जो भोजन हम खाते हैं, उससे हमें शक्ति मिलनी चाहिए। जो संगीत हम सुनते हैं, जो कलाएँ हम सीखते हैं और जो साहित्य हम पढ़ते हैं, उनसे हमारे मन में शक्ति के विचार उत्पन्न होने चाहिए। इनसे हमें इच्छाशक्ति और मन पर दृढ़ नियंत्रण प्राप्त करने में मदद मिलनी चाहिए और शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक रूप से उच्च स्तर के प्रदर्शन तक पहुँचने में सक्षम होना चाहिए। 34 हनुमान: एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए हमारा आदर्श

वे कलाएँ, साहित्य और सिनेमा, जो हमारे मन को हमारे शरीर और उसके क्षणभंगुर सुखों की ओर अधिकाधिक मोड़ते हैं और हमें कमजोर और दास बनाते हैं, किसी काम के नहीं हैं। उसी शिष्य से बात करते हुए, स्वामीजी ने हनुमान जी की प्रशंसा करने के साथ-साथ हमें राजस के चरित्र को विकसित करने के कई सुझाव भी दिए।

“क्या ढोल देश (भारत) में नहीं बनते? क्या तुरही और ढोल भारत में उपलब्ध नहीं हैं? लड़कों को इन वाद्ययंत्रों की मधुर ध्वनि सुनाओ। बचपन से ही इन स्त्री-सुलभ संगीत शैलियों की ध्वनि सुनकर और कीर्तन सुनकर, देश लगभग स्त्रियों का देश बन जाता है। इससे अधिक अपमान की क्या अपेक्षा की जा सकती है? कवि की कल्पना भी इस चित्र (वीर हनुमान के चित्र) को चित्रित करने में विफल रहती है! डमरू और तुरही बजानी है, ढोल को इतनी जोर से बजाना है कि मधुर और वीर स्वर उठें, और होठों पर “महावीर, महावीर” और “हारा, हारा, व्योम, व्योम” का उच्चारण करते हुए चारों ओर गूंज पैदा करनी है। वह संगीत, जो केवल मनुष्य की कोमल भावनाओं को जगाता है, उसे अब कुछ समय के लिए बंद करना होगा। खेल और टप्पा जैसी

हल्की धुनों को कुछ समय के लिए बंद करके, लोगों को ध्रुपद संगीत सुनने की आदत डालनी होगी। गरिमामय वैदिक भजनों के माध्यम से जीवन को पुनः स्थापित किया जा सकता है।

15. हनुमान जी का ध्यान कैसे करें? 35

देश। हर चीज़ में वीर पुरुषत्व की कठोर भावना को पुनर्जीवित करना है। ऐसे आदर्श का पालन करने में ही जनता और देश का भला निहित है। यदि आप अपने चरित्र का निर्माण ऐसे आदर्श के अनुसार कर लें, तो हजारों लोग आपका अनुसरण करेंगे। लेकिन सावधान रहें, कि आप आदर्श से एक इंच भी विचलित न हों। कभी हिम्मत न हारें। खाने, पहनने या लेटने में, गाने या खेलने में, सुख या दुख में, हमेशा सर्वोच्च नैतिक साहस का प्रदर्शन करें। तभी आपको महाशक्ति, दिव्य माता की कृपा प्राप्त होगी।

15. हनुमान जी का ध्यान कैसे करें?

किसी ऐसे व्यक्ति या ईश्वर की कल्पना कीजिए जिसे हम पसंद करते हैं। यदि हम बार-बार उनका स्मरण करते रहें, उनके शारीरिक और मानसिक गुणों तथा उनकी महान उपलब्धियों के बारे में सोचते रहें, तो इसे उस विशेष चरित्र पर ध्यान करना कह सकते हैं।

दरअसल, चाहे हमें पता हो या न हो, हम दिन-रात यही करते रहते हैं। उदाहरण के लिए, किसी ऐसे अभिनेता या अभिनेता को लीजिए जो हमारा पसंदीदा है। हम उसे याद करते रहते हैं। हम सोचते रहते हैं कि वह कितना अच्छा अभिनय करता है। इसके अलावा, हम घंटों अपने दोस्तों से उसके बारे में बातें करते रहते हैं। हम जरा सा भी मौका मिलते ही उसकी महानता की प्रशंसा करने में जुट जाते हैं। हमारी नज़र में उसकी छोटी से छोटी उपलब्धि भी सबसे प्रशंसनीय होती है। वह जो कुछ भी बोलता है, वह हमारे लिए वेद के समान है। और तो और, अगर कोई उसमें कोई कमी निकालता है, तो हम उसका बचाव करने में कोई कसर नहीं छोड़ते। इन सब बातों को एक विशेष चरित्र पर चिंतन के रूप में लिया जा सकता है।

अब सोचिए कि इसका क्या परिणाम होता है? देर-सवेर हम स्वयं ही यह महसूस करने लगते हैं कि जिन व्यक्तियों के बारे में हम दिन-रात सोचते रहते हैं, उनका चरित्र हमारे व्यक्तित्व को किस प्रकार प्रभावित कर रहा है। हम चलने, बोलने और कपड़े पहनने के तरीके में उस व्यक्ति की नकल करने लगते हैं। हमारी भाषा और केश-विन्यास भी उस व्यक्ति की नकल करने लगते हैं। ऐसा होना कोई असामान्य बात नहीं है, यहाँ तक कि हमें पता भी नहीं चलता।

दरअसल, ये किरदार इतने महान नहीं होते कि हमारा ध्यान अपनी ओर आकर्षित कर सकें। यही कारण है कि हमारे व्यक्तित्व का विकास भी एक निश्चित स्तर से आगे नहीं बढ़ पाता। और फिर, ज़रा सोचिए, अगर वही किरदार या अभिनेता बुरा निकले और देश के लिए कलंक साबित हो, तो हमारे मन और चरित्र का क्या हाल होगा? जो भी हो, हमें यह मानना पड़ेगा कि ऐसे किरदार और अभिनेता भी हमारे भीतर थोड़ी-बहुत प्रेरणा और उत्साह जगाने में सक्षम होते हैं।

क्या स्वामीजी ने हनुमान जी को भारत के युवाओं का आदर्श नहीं बताया था? कल्पना कीजिए कि यदि हम उनके चरित्र पर चिंतन और ध्यान करें तो कितना लाभ होगा?

16. वाल्मीकि ने हनुमान का वर्णन कैसे किया? 37

16. वाल्मीकि ने हनुमान का वर्णन कैसे किया?

रामायण मानव जाति को प्राप्त सबसे महान उपहार है। वाल्मीकि महर्षि इसके मूल रचयिता थे। हम सभी इस महान महाकाव्य का सार जानते हैं। स्वामीजी ने इसका वर्णन करते हुए कहा: "रामायण चरित्र निर्माण का एक प्रामाणिक ग्रंथ है।"
रामायण के नायक राम थे। लेकिन राम के समान ही महान चरित्र हनुमान थे। वाल्मीकि रामायण के पहले तीन अध्यायों (एक अध्याय को 'कांड' कहते हैं) में हनुमान का कोई उल्लेख नहीं है। हनुमान चौथे अध्याय यानी किष्किन्धकांड में प्रकट होते हैं। अगले अध्याय, सुंदरकांड में हनुमान अपने बहुआयामी व्यक्तित्व का प्रदर्शन करते हैं। और उसके बाद अंतिम अध्याय, युद्धकांड यानी वाल्मीकि रामायण के अंत तक, पूरी कहानी लगभग हनुमान के इर्द-गिर्द ही घूमती है।

आदिकवि अंजनन्दन वीरजन जनक ¿°कणकाकान् वाल्मिकी ने हनुमान का वर्णन इस प्रकार किया है
कप¢¿अका हन्तराण वंद® ला अक¡भय अकारम्
"अंजन के पुत्र हनुमान सीता के दुखों का नाश करने वाले हैं। वे वानरों के सरदार हैं। उन्होंने रावण के पुत्र अक्षकुमार का वध किया और लंका को भय के सैलाब में डुबो दिया।" इस प्रकार वाल्मीकि ने हनुमान को एक महान कर्म योगी, एक सिद्ध पुरुष और एक महान योद्धा के रूप में हमारे सामने प्रस्तुत किया।
38 हनुमान: एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए हमारा आदर्श
हालांकि, वाल्मीकि द्वारा प्रस्तुत हनुमान जी के महान व्यक्तित्व को बाद में बहुत कम महत्व दिया गया। बाद के समय में श्री राम के भक्तों ने हनुमान जी को वाल्मीकि के दृष्टिकोण से बहुत अलग ढंग से प्रस्तुत किया। हमने देखा है कि स्वामीजी ने किस प्रकार खेद व्यक्त किया था कि; "कवि की कल्पना भी हनुमान जी का यह (वीरतापूर्ण) चित्र चित्रित करने में विफल रहती है!"
पिछले एक हजार वर्षों में हनुमान जी के व्यक्तित्व को उस तरह से प्रस्तुत नहीं किया गया जैसा वाल्मीकि महर्षि ने किया था। उन्हें एक ऐसे भक्त के रूप में प्रस्तुत किया गया है जो राम का नाम सुनते ही ईश्वर चेतना में लीन हो जाते थे। इस प्रकार की भक्ति भी अत्यंत आवश्यक है।
हालांकि, इसके साथ ही, हमारी आधुनिक आवश्यकताओं के अनुरूप, हमें हनुमान जी को वाल्मीकि महर्षि द्वारा प्रस्तुत रूप में ही देखना और समझना होगा। रजस से ओतप्रोत और सत्व से चमकते हनुमान जी का चरित्र आज के समय की सबसे बड़ी आवश्यकता है। हमने देखा है कि किसी व्यक्ति के व्यक्तित्व का आकलन उसके शब्दों और कर्मों से किया जा सकता है।
आइए अब हम यह समझने का प्रयास करें कि वाल्मीकि रामायण के दौरान हनुमान जी ने दूसरों के साथ कैसा व्यवहार किया और कैसे बात की। उनके व्यवहार और आचरण का अनुकरण करके हम भी उनके गुणों को आत्मसात कर सकेंगे।
17. रामायण की कहानी
वाली और सुग्रीव ऋक्षराज के पुत्र थे और किष्किंधा के शासक थे। कुछ गलतफहमी उत्पन्न हो गई।

उनके बीच में वली आ गया। वली ने सुग्रीव को भगा दिया, उसकी पत्नी रूमा को अपना बना लिया और किष्किंधा राज्य पर शासन करने लगा। सुग्रीव एक धर्मात्मा व्यक्ति थे, लेकिन वली से अकेले लड़ने का साहस उनमें नहीं था। वे पास ही स्थित ऋष्यमूक नामक पर्वत पर रहते थे। हनुमान सुग्रीव के मंत्रियों में से एक थे।

राम ने अपने पिता दशरथ के वचन का पालन करते हुए अपना राज्य त्याग दिया और चौदह वर्षों तक वनवास का व्रत लिया। उनकी पत्नी सीता और उनके छोटे भाई लक्ष्मण भी उनके साथ वन में चले गए। लंका के राक्षस राजा रावण ने सीता का अपहरण कर उन्हें लंका ले गया। वह सीता को अपनी पत्नी बनाना चाहता था, जबकि सीता किसी और की पत्नी थीं। राम महान पराक्रमी थे। उन्होंने लक्ष्मण के साथ सीता की खोज शुरू की। किसी ने उन्हें सुग्रीव की सहायता लेने की सलाह दी। सुग्रीव से मिलने के लिए राम किष्किंधा आए। हनुमान पहली बार रामायण में यहीं प्रकट होते हैं। अब हम रामायण में हनुमान की भूमिका को समझने और स्वामी विवेकानंद के संदेश के प्रकाश में उनके चरित्र और आचरण का विश्लेषण करने का प्रयास करेंगे।

18. यह समझना सीखें कि सच्ची महानता कहाँ है!

हनुमान ने अपना पूरा जीवन सुग्रीव के मंत्रियों में से एक के रूप में बिताया। यद्यपि वे सभी वानरों में श्रेष्ठ थे, फिर भी उन्होंने कभी स्वयं राजा बनने की इच्छा नहीं रखी। उन्हें कभी यह नहीं लगा कि मंत्री का पेशा उनके लिए उपयुक्त होगा। 40 हनुमान एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए हमारे आदर्श हैं।

उनके जैसे सिद्ध पुरुष के लिए यह शर्मनाक है। वे मंत्री के कर्तव्यों को सर्वोच्च मानते थे और उन्हें पूरी निष्ठा से निभाते थे। यही हनुमान जी का सबसे महत्वपूर्ण गुण है।

स्वामीजी ने कहा, “जो निम्न स्तर का कार्य करता है, वह निम्न स्तर का व्यक्ति नहीं हो जाता। किसी भी व्यक्ति का मूल्यांकन केवल उसके कर्तव्यों की प्रकृति के आधार पर नहीं किया जाना चाहिए, बल्कि सभी का मूल्यांकन उस तरीके और भावना के आधार पर किया जाना चाहिए जिससे वे उन्हें पूरा करते हैं।”

दरअसल, दुनिया हमें इसी आधार पर परखती है। दुनिया सबसे ज़्यादा हमारी ईमानदारी और सत्यनिष्ठा को देखती है। ऊपरी तौर पर भले ही ऐसा न लगे, लेकिन अंततः दुनिया ईमानदारी पर ही चलती है।

तो क्या काम में तरक्की पाने और अधिक जिम्मेदारियाँ संभालने की इच्छा रखना गलत है, ताकि इसके ज़रिए नाम और शोहरत हासिल हो सके? नहीं। स्वामीजी ने जीवन में उच्च पदों तक पहुँचने के तरीके और साधन स्पष्ट रूप से समझाए। उन्होंने कहा, “हर कोई सोचता है कि वह राजा के समान सिंहासन पर बैठने के योग्य है। भले ही वह योग्य हो, उसे पहले यह साबित करना होगा कि उसने अपने पद का कर्तव्य निभाया है; तभी उसे उच्च पद प्राप्त होंगे।” इसलिए हमें यह स्पष्ट रूप से समझना होगा कि जब तक हम अपने कर्तव्य को पूरी निष्ठा और ईमानदारी से नहीं निभाएंगे, तब तक हमें उच्च पद प्राप्त नहीं होंगे।

तो क्या हर कोई नेता बन सकता है? अगर कोई व्यक्ति किसी तरह नेता बन भी जाए, तो क्या

वह उस पद को लंबे समय तक संभाल पाएगा? स्वामीजी ने सिखाया, “जब हम संसार में लगन से काम करना शुरू करते हैं, तो प्रकृति हमें दाएं-बाएं से प्रहार करती है और जल्द ही हमें हमारी स्थिति का पता चल जाता है। कोई भी व्यक्ति उस पद पर लंबे समय तक संतोषजनक रूप से नहीं रह सकता जिसके लिए वह योग्य नहीं है। प्रकृति के इस नियम का विरोध करने का कोई लाभ नहीं है।”

इससे स्पष्ट होता है कि हमारा पहला कर्तव्य सौंपे गए कार्य को यथासंभव कुशलता से पूरा करना है। जब हम ऐसा कर लेते हैं, तो हमारी क्षमताओं के अनुसार हमें और अधिक जिम्मेदारियाँ सौंपी जाएँगी। यह व्यक्तित्व निर्माण का एक महत्वपूर्ण सबक है।

अब इतिहास को एक अलग दृष्टिकोण से देखिए। राम और सीता के बाद रामायण का सबसे महान पात्र कौन है? जैसा कि हम पहले ही स्पष्ट रूप से देख चुके हैं, वह हनुमान जी हैं! किसी और को इतना सम्मान नहीं मिला! वे सुग्रीव के कई मंत्रियों में से एक मात्र मंत्री थे, जबकि सुग्रीव स्वयं एक छोटे से राज्य के मुखिया थे। लेकिन देखिए कैसे हनुमान जी को सदियों से संपूर्ण मानवजाति के आदर्श के रूप में पूजा जाता रहा है और लाखों लोग उनकी आराधना करते हैं।

19. विनम्र गिलहरी की तरह बनो

स्वामीजी ने रामायण पर प्रवचन देते हुए एक छोटी सी कहानी सुनाई। यह कहानी समुद्र पर बने पुल के निर्माण की प्रक्रिया समझाते हुए सुनाई गई थी।

"बंदरों ने पूरे-पूरे पहाड़ उखाड़कर समुद्र में रख दिए और उन्हें पत्थरों और पेड़ों से ढक दिया, इस प्रकार एक विशाल तटबंध बना दिया। कहा जाता है कि एक छोटी गिलहरी वहाँ रेत में लोट रही थी और पुल पर आगे-पीछे दौड़ रही थी और खुद को झटक रही थी। इस प्रकार वह अपने छोटे से प्रयास से रेत डालकर राम के पुल के लिए काम कर रही थी। बंदर हँस रहे थे, क्योंकि वे पुल के लिए पूरे पहाड़, पूरे जंगल, रेत के भारी बोझ ला रहे थे - इसलिए वे रेत में लोटने और फिर खुद को झटकने वाली छोटी गिलहरी पर हँस रहे थे। लेकिन राम ने यह देखा और कहा: "धन्य हो यह छोटी गिलहरी; वह अपनी पूरी क्षमता से अपना काम कर रही है, और इसलिए वह तुममें सबसे महान के समान महान है।" फिर उन्होंने धीरे से गिलहरी की पीठ पर हाथ फेरा, और राम की उंगलियों के निशान, लंबाई में, आज भी गिलहरी की पीठ पर दिखाई देते हैं।"

गिलहरी जानती है कि समुद्र के ऊपर पुल बनाना एक बहुत बड़ा और विशाल कार्य है। वह यह भी जानती है कि इसके मुकाबले उसका योगदान बहुत छोटा है। लेकिन उसने यह सोचकर निष्क्रिय नहीं बैठी कि उसका योगदान नगण्य होगा।

महत्व। वह पूरी लगन से काम में योगदान देना चाहता था। यही हमें सीखना है। उस गिलहरी की तरह अपनी क्षमता के अनुसार काम करना ही एक संपूर्ण व्यक्तित्व के निर्माण का तरीका है।

20. जिम्मेदारी उठाने के लिए तैयार रहें

अब रामायण की कथा पर लौटते हैं। सीता की खोज में भटकते हुए राम और लक्ष्मण किष्किंधा पहुँचे। सुग्रीव ने उन्हें दूर से देखा और भागने लगे। उनके मंत्री उनका पीछा कर रहे थे। उन्होंने उनसे कहा, "इन योद्धाओं को देखो। इन्हें मेरे भाई वाली ने मुझे मारने के लिए भेजा होगा। इन्होंने तपस्वियों का वेश धारण किया है। चलो यहाँ से भाग चलते हैं!" यह कहकर वे पास के एक दूसरे पर्वत की ओर भागे। लेकिन वे वहाँ भी नहीं रुके। वे फिर भागे और एक और पर्वत की चोटी पर पहुँच गए। भागते समय उन्होंने विशाल वृक्षों की शाखाएँ तोड़कर राम और लक्ष्मण को जल्दी पहुँचने से रोकने के लिए रास्ते में बिछा दीं। अंत में, वे एक पर्वत पर रुक गए।

हनुमान, जो उनके मंत्रियों में से एक थे, भागते हुए सुग्रीव के पीछे गए। उन्होंने सुग्रीव से कहा, "हे स्वामी! हम बहुत दूर से आए हैं। अब यहाँ वाली का कोई भय नहीं है। सचमुच, मुझे नहीं लगता कि आपको इतना डरने की ज़रूरत है! चंचल मन और बंदर के स्वभाव के कारण आप भय से घिरे हुए हैं। एक राजा को ऐसे अस्थिर मन से नहीं सोचना चाहिए। एक राजा को स्थिर मन से काम करना चाहिए और अपने अधीनस्थों से सभी कार्य करवाने चाहिए।"

44 हनुमान: एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए हमारा आदर्श

हनुमान सुग्रीव के मन में व्याप्त भय से भलीभांति परिचित थे। उन्होंने समझा कि सुग्रीव जल्दबाजी के कारण गलत निर्णय ले रहे हैं, और उन्होंने उनके भय के निवारण के लिए उचित उपाय सुझाए।

इसके अलावा, उन्होंने अपने राजा को सलाह देने के कर्तव्य से कभी विमुख नहीं हुए। उन्होंने अप्रिय सत्य बोलने में भी संकोच नहीं किया। उन्हें यह नहीं लगा कि अन्य मंत्री भी हैं और उन्हें सारी जिम्मेदारी स्वयं पर लेने की आवश्यकता है। अपने राजा के हितों को सर्वोपरि रखते हुए, उन्होंने सारी जिम्मेदारी स्वयं पर ली। स्वामीजी ने कहा, “जान लो कि सारी जिम्मेदारी तुम्हारे कंधों पर है। तभी तुम पूरी कुशलता से कार्य कर पाओगे!”

जिम्मेदारी लेने की क्षमता एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए आवश्यक गुण है। गुलाम मानसिकता वाले लोग जिम्मेदारी से बचने की कोशिश करते हैं। किसी से पूछा गया, "आपकी नौकरी कैसी है?" उसने जवाब दिया, "ओह, मुझे नौकरी पसंद है, लेकिन काम से नफरत है!" हम नौकरी से मिलने वाले धन और प्रतिष्ठा का आनंद तो लेते हैं, लेकिन उसका पूरा हक देने की कोशिश नहीं करते।

हर कोई बड़ी ज़िम्मेदारी वाला बड़ा काम चाहता है। लेकिन यह कैसे मिलता है? हम महान बनना चाहते हैं। लेकिन हम महान कैसे बनेंगे? अक्सर हम उन कामों को भी ठीक से नहीं कर पाते, जिन्हें हम अपनी सबसे बड़ी रुचि का काम बताते हैं। यह गुलामी जैसा व्यवहार है। एक गुलाम हमेशा

वह अपने काम से असंतुष्ट है, क्योंकि उसमें कोई स्वतंत्रता नहीं है। हमारे समाज ने भले ही गुलामी को भौतिक रूप से मिटा दिया हो, लेकिन यह अभी भी लोगों की मानसिकता में बनी हुई है।

स्वामीजी ने कहा, “जो व्यक्ति अपने हिस्से में आए छोटे-मोटे कामों पर भी शिकायत करता है, वह हर बात पर शिकायत करेगा। हमेशा शिकायत करते रहने से उसका जीवन दुखमय होगा और सब कुछ असफल हो जाएगा। लेकिन जो व्यक्ति अपने कर्तव्य को पूरी लगन से निभाता है, उसे सफलता का ज्ञान प्राप्त होगा और उसे धीरे-धीरे उच्चतर कर्तव्य प्राप्त होते जाएंगे।”

हनुमान जी ने स्वामीजी की शिक्षाओं को व्यवहार में उतारा। उन्होंने सलाह देने में संकोच नहीं किया। उन्हें अपने कार्यों के परिणामों का भय नहीं था। उन्होंने सोच-समझकर उचित सलाह दी, जिससे सुग्रीव को अत्यंत लाभ हुआ।

21. उचित ढंग से बोलना सीखें

हनुमान की सलाह सुनकर सुग्रीव को होश आया। उन्होंने अपने भय को व्यक्त करते हुए कहा, “हनुमान! क्या आपने उन्हें देखा? उनकी भुजाएँ बलवान हैं और आँखें चौड़ी और सुंदर हैं। वे धनुष, बाण और तलवारें लिए हुए हैं। कोई भी उनसे डर जाएगा! शायद उन्हें वाली ने मुझे मारने के लिए भेजा है। क्या आप कहते हैं कि ऐसे शत्रुओं से डरना गलत है? अब जाइए और उनसे बात कीजिए! हमें उनके मन की बात और उनके यहाँ आने का कारण जानना चाहिए। उनसे बात करते समय हमेशा मेरी ओर मुख करके रखिएगा।”

सुग्रीव ने हनुमान से कहा कि राम से बात करते समय वे अपना चेहरा उनकी ओर रखें। वे राम से बात करते समय हनुमान के चेहरे के भावों में होने वाले बदलावों को देखना चाहते थे। हम सब

जानते हैं कि "चेहरा मन का आईना होता है।" हमारे मन में जितने भी विचार, भय और चिंताएँ होती हैं, वे लगभग हमेशा हमारे चेहरे पर प्रकट हो जाती हैं। इसी तरह हनुमान के चेहरे को पढ़कर सुग्रीव उनकी बातचीत का विषय समझना चाहते थे और शायद इसके माध्यम से राम के उस स्थान पर आने के असली उद्देश्य का भी पता लगाना चाहते थे।
यदि आप रामायण के किष्किंधाकांड, सुंदरकांड और युद्धकांड पढ़ें और याद रखें कि हनुमान जी दूसरों से कैसे बात करते थे, तो आप समझ जाएंगे कि "क्या बोलना है और कब बोलना है; कैसे बोलना है और कितना बोलना है।" तेलुगु में एक कहावत है, "शहर के लोग वैसे ही अच्छे होते हैं जैसी हमारी जुबान!"

jihv¡gr® vartat® lakÀm¢ संस्कृत में एक श्लोक है, जो इसे बेहतर ढंग से समझा सकता है।
jihv¡gr® mitrab¡ndhav¡Å
jihv¡gr® bandhanaÅ pr¡ptiÅ
jihv¡gr® mara¸aÆ dhruvam
हमारी जीभ में धन की देवी निवास करती है। हमारी जीभ में ही हमारी सारी मित्रताएँ और रिश्ते पनपते और बढ़ते हैं। यदि हम अपनी जीभ का सही उपयोग न करें तो

और समझदारी से काम लें तो हम हर तरह की मुसीबतों में फंस जाएंगे और निश्चित रूप से, चुगली करने वाली जुबान हमें मौत की ओर ले जाएगी।"
इस श्लोक से हमें यह समझ आता है कि हमें हमेशा ईमानदारी और सम्मानपूर्वक बोलना चाहिए। हमें स्पष्ट मन से बोलना चाहिए। खुलकर और ईमानदारी से बोलने के बहाने हमें दूसरों को दुख नहीं पहुंचाना चाहिए। इससे यह निष्कर्ष भी निकलता है कि हमें केवल उतना ही बोलना चाहिए जितना आवश्यक हो और केवल तभी बोलना चाहिए जब यह अत्यंत महत्वपूर्ण हो।
सुग्रीव के निर्देशानुसार हनुमान एक तपस्वी का वेश धारण करके राम और लक्ष्मण के पास पहुँचे। उन्होंने उनसे कहा, “हे सुंदर पुरुषों! आप कौन हैं? यहाँ क्यों आए हैं? आपने मोटे वस्त्र पहने हैं और तपस्वियों जैसे दिखते हैं। लेकिन आपकी शक्ति और वीरता स्पष्ट है। यह साफ दिखता है कि आप बड़े से बड़े शत्रु को भी परास्त करने में सक्षम हैं। लगता है आप अपना असली रूप प्रकट नहीं करना चाहते। यह स्थान सुग्रीव का है। वे वानरों के राजा हैं और एक धर्मात्मा पुरुष हैं। उनके बड़े भाई वाली ने उन्हें अन्यायपूर्वक सिंहासन से हटा दिया था। मैं उनका एक मंत्री हूँ। वे आपसे मित्रता करना चाहते हैं। क्योंकि मुझमें रूप बदलने की क्षमता है, इसलिए मैं तपस्वी के रूप में आपके पास आया हूँ।”
हनुमान ने अपने मन में मौजूद विचार के अनुरूप, सरलता से बात की। उन्होंने शुरुआत में ही अपनी वास्तविक पहचान प्रकट कर दी। उन्होंने यह छिपाने की कोशिश नहीं की कि वे कौन हैं और वे उनके पास क्यों आए हैं। वे उन्हें सच्चाई बताकर उनका दिल जीतना चाहते थे।
जीवन में सफल लोग हमें बताते हैं कि सच बोलना और सच्चाई को छिपाना अक्सर सच को

छिपाने से कहीं अधिक फायदेमंद होता है। आम तौर पर, हम अपने पूर्वाग्रहों के कारण सच्चाई को सामने लाने से डरते हैं, जो अक्सर निराधार होते हैं। झूठ बोलने से अक्सर झूठ बोलने की आदत पड़ जाती है, क्योंकि हमें उसे बार-बार छुपाना पड़ता है। इससे थोड़े समय के लिए तो फायदा हो सकता है, लेकिन अगर हमारा झूठ बाद में उजागर हो जाए तो इसके परिणाम गंभीर हो सकते हैं।

एक स्थिति की कल्पना कीजिए! आप एक अजनबी से मिलते हैं। उससे सीधे-सीधे बात करने के बजाय, आप उसे धोखा देने या बेवकूफ बनाने के लिए तरह-तरह के झूठ और मनगढ़ंत कहानियां सुनाते हैं। बाद में, स्वाभाविक रूप से, सच्चाई सामने आ जाएगी। सोचिए, जब उस व्यक्ति को सच्चाई पता चलेगी तो वह आपके बारे में क्या सोचेगा? कल्पना कीजिए कि इससे आपके रिश्ते पर क्या असर पड़ेगा?

स्वामीजी ने हमें सिखाया कि प्रत्येक व्यक्ति का सम्मान करना चाहिए, चाहे उसका रूप-रंग कितना भी दुष्ट क्यों न हो। किसी व्यक्ति को ठीक से समझे बिना उसके बारे में राय बनाना हमारे चरित्र के लिए एक बड़ी खामी साबित होगी।

राम चुपचाप हनुमान की बातें सुन रहे थे। हनुमान द्वारा बोले गए कुछ शब्दों से ही राम को उनके मन की स्थिति का अंदाजा हो गया था।

21. उचित ढंग से बोलना सीखें

हनुमान जी के चरित्र का वर्णन लक्ष्मण जी को उसी क्षण करना था। लक्ष्मण जी से उन्होंने कहा, “भाई! हम सुग्रीव जी से मिलना चाहते थे और देखना चाहते थे कि क्या होता है! सुग्रीव जी ने स्वयं अपने सेवक हनुमान जी को हमारे पास भेजा! और देखिए, हनुमान जी ने हमसे कितनी अच्छी तरह बात की। ऋग्वेद, यजुर्वेद और सामवेद में पारंगत व्यक्ति ही इस तरह बात कर सकता है। मुझे पूरा विश्वास है कि उन्होंने व्याकरण का भी अच्छा अध्ययन किया है। यह बात आप इस तथ्य से स्पष्ट रूप से देख सकते हैं कि उनके भाषण में एक भी ध्वनि बेमेल नहीं है।”

राम ने कहा कि हनुमान जी जैसी वाक्पटुता उस व्यक्ति के लिए संभव नहीं है जिसने वेदों का गहन अध्ययन न किया हो। उन्होंने यह भी कहा कि हनुमान जी व्याकरण में पारंगत थे और इसीलिए उनके वाणी में कोई भी अनुचित शब्द नहीं होता। राम जी के इस कथन से हम यह सीख सकते हैं कि हमारे द्वारा बोले गए शब्द स्पष्ट होने चाहिए और श्रोता उन्हें स्पष्ट और पूर्ण रूप से समझ सके। हमारे वाक्य व्याकरणिक रूप से सही होने चाहिए। आख़िरकार, हम जो कुछ भी बोलते हैं वह दूसरे व्यक्ति के लिए होता है, न कि अपने लिए!

चाहे अंग्रेजी हो, संस्कृत हो या कोई भी स्थानीय भाषा, अगर व्याकरण सही नहीं है तो सुनने वाला उसे ठीक से कैसे समझ पाएगा? अगर लोग हमारी बात नहीं समझते तो यह एक समस्या है। अगर लोग हमें गलत समझते हैं तो यह एक बड़ी विपत्ति है। इसलिए, व्याकरण और संवाद कौशल में महारत हासिल करने में लगाया गया कोई भी समय और ऊर्जा व्यर्थ नहीं जाएगी। हनुमान जी का आदर्श है कि एक महान व्यक्तित्व का निर्माण कैसे किया जाए।

स्वामीजी ने कहा कि संस्कृत सीखने से प्रतिष्ठा बढ़ती है। उन्होंने यह भी कहा कि वेदों का अध्ययन करने से मन रूढ़ियों से मुक्त होता है। संस्कृत हो, अंग्रेजी हो या कोई भी स्थानीय भाषा

– चाहे कोई भी भाषा हो – हमें स्पष्ट उच्चारण का अभ्यास करना चाहिए और उस भाषा को मुहावरेदार तरीके से बोलना चाहिए।

राम ने कुछ और बातें गौर कीं: “हनुमान बोलते समय उनके चेहरे, आँखों, माथे, भौंहों या शरीर के किसी भी अंग में कोई अनावश्यक हलचल नहीं होती। मुझे कुछ भी गलत नहीं लगा। न तो वे बोलते समय धीमे हैं और न ही शब्दों के लिए अटकते हैं। उनका उच्चारण न तो धीमा है और न ही उतावला, बल्कि हृदय से निकलकर उनके गले से एक स्थिर स्वर में निकलता है और सुनने में बहुत मधुर लगता है। इस तरह बोलना केवल शुद्ध हृदय वाले व्यक्ति के लिए ही संभव है। उनके शब्द शुभ प्रतीत होते हैं और श्रोताओं का दिल आसानी से जीत लेते हैं। उनके वाक्य अत्यंत अर्थपूर्ण हैं। वे अपने फेफड़ों, गले और सिर तीनों अंगों का उपयोग करके स्पष्ट रूप से बोल रहे हैं। यहाँ तक कि तलवार लिए आक्रमण करने को तैयार शत्रु भी ऐसे वाक्पटुता के सामने शांत हो जाएगा और अनुकूल हो जाएगा।”

यहां राम ने हनुमान के भाषण में वर्णित सभी अच्छे गुणों का वर्णन किया है। हमें उन्हें अच्छी तरह समझना चाहिए और उनके समान बोलने का अभ्यास भी करना चाहिए।

स्वामीजी ने सिखाया: "अपने सबसे बड़े शत्रु के प्रति भी सुखद और लाभकारी भाषा का प्रयोग करो।"

और अंत में, राम ने कहा, “हे लक्ष्मण! जो राजा ऐसे मंत्रियों को नियुक्त नहीं करता, वह अपने कार्यों को सफलतापूर्वक कैसे पूरा कर सकता है? जिस राजा को गुणी और सक्षम मंत्रियों का लाभ मिलता है, उसे कोई समस्या नहीं होती। वह केवल अपने कर्मचारियों को कार्य सौंपकर ही अपने सभी कार्यों को पूरा कर सकता है।”

अब हम वाणी के महत्व को भलीभांति समझ सकते हैं। हमारा जीवन ही इस बात पर निर्भर करता है कि हम स्वयं को कितनी अच्छी तरह व्यक्त करते हैं। इसलिए, सही ढंग से बोलने का अभ्यास करने और सीखने में कोई बुराई नहीं है। इस दिशा में किया गया हमारा हर प्रयास व्यर्थ नहीं जाएगा। सही ढंग से बोलना सीखना शायद एक महान व्यक्तित्व के निर्माण का सबसे महत्वपूर्ण हिस्सा है।

22. हमेशा अपना वादा निभाएं।

राम ने वाली का वध करके सुग्रीव को राजा बनाया। सुग्रीव ने अंगद को युवराज बनाया। उन्होंने राम से वादा किया कि वर्षा ऋतु समाप्त होने पर वे सीता को खोजने के लिए दल भेजेंगे। हालांकि, सुग्रीव राजसी सुखों में इतने मग्न हो गए कि राम से किया अपना वादा भूल गए। वर्षा ऋतु समाप्त होने के समय हनुमान सुग्रीव के पास आए और उन्हें उनके कर्तव्य की याद दिलाई।

“हे मेरे स्वामी! अब आपको अपना राज्य वापस मिल गया है। लेकिन आपने अभी तक अपना वादा नहीं निभाया है। आपको अपना वचन अवश्य निभाना चाहिए। जो व्यक्ति अपने मित्रों से किए गए वादों को ध्यानपूर्वक याद रखता है और उन्हें सावधानीपूर्वक पूरा करता है, तथा ऐसा व्यवहार करता है जिससे उनके मन में कोई चिंता न हो, उसका राज्य समृद्ध होगा।”

“हे सुग्रीव! आप धर्मपरायण पुरुष हैं। इसलिए आपको अपना वचन निभाना चाहिए और राम से किया गया वादा शीघ्र पूरा करवाना चाहिए। जो व्यक्ति अपने वादों को निभाने के लिए लगन से काम करता है, वह अपने सभी कार्यों में सफल होता है, भले ही वह अपने कार्यों की उपेक्षा करे। जो व्यक्ति अपने वादों की उपेक्षा करता है और समय पर अपने मित्रों की सहायता नहीं करता, उसे जल्द ही अन्य क्षेत्रों में भी असफलता मिलेगी, क्योंकि उसकी सहायता वास्तव में उसके मित्रों के लिए उपयोगी नहीं होगी। अतः जो सहायता समय पर नहीं दी जाती, वह किसी काम की नहीं होती।”

“हे मेरे स्वामी! अब आपका सबसे पहला काम सीता का पता लगाना है। इसलिए, जल्दी से काम करें, सीता का पता लगाएं और राम को सूचित करें ताकि वे प्रसन्न हों। हमें राम के याद दिलाने से पहले ही काम शुरू करना होगा। अगर हम सुबह जल्दी उठकर खुद काम शुरू कर देंगे, तो हमें लापरवाही और देरी का दोषी नहीं ठहराया जाएगा। अगर हम उनके याद दिलाने के बाद काम शुरू करेंगे, तो देरी के कारण हम पर मित्र को धोखा देने का आरोप लगेगा।”

22. हमेशा अपना वादा निभाएं 53

अब अपने वचन को निभाने का समय आ गया है। एक राजा को अपने खजाने, सेना और मित्रों का उतना ही ध्यान रखना चाहिए जितना स्वयं का। यदि वह अपने वचन का उल्लंघन करता है, तो उसे हर प्रकार की विपत्ति का सामना करना पड़ेगा। हम राम के बल और पराक्रम को जानते हैं। वह आपको बार-बार याद नहीं दिलाएंगे। इसलिए हमें बिना किसी देरी के कार्य करना चाहिए। आप एक धर्मात्मा पुरुष हैं जो हमेशा अपने मित्रों की सहायता के लिए तत्पर रहते हैं। वास्तव में, राम के कारण ही आप पुनः राजा बन पाए हैं। इसलिए आपको ऐसे महान पुरुष के प्रति लापरवाही नहीं बरतनी चाहिए। हम आपके आदेशों की प्रतीक्षा कर रहे हैं! सीता जहाँ कहीं भी तीनों लोकों में हों, हम उनका पता लगाने के लिए तैयार हैं!

स्वामी विवेकानंद ने सिखाया, “जब भी आप कोई काम करने का वादा करें, उसे ठीक समय पर पूरा करें, अन्यथा लोग आप पर से विश्वास खो देंगे।” हमें हर काम समय पर करना चाहिए, बिना चूके। भगवद् गीता में नींद, लापरवाही और भूल को तामसिक गुणों की श्रेणी में रखा गया है। इन्हीं तीनों के कारण हम अपना काम समय पर नहीं कर पाते। हमें पूरे उत्साह के साथ काम करना चाहिए। इससे हम महान गुण प्राप्त कर सकेंगे।

लेकिन आमतौर पर, हममें से कुछ ही लोग अपने वचन का पालन कर पाते हैं। तो क्या हमें यह सोचकर इसे पूरी तरह से छोड़ देना चाहिए कि यह केवल कुछ चुनिंदा लोगों को ही प्राप्त होता है? बिलकुल नहीं! हनुमान जी के अनुसार, महान व्यक्तित्व निर्माण का हमारा आदर्श यह है कि यह एक सीखने योग्य गुण है और हम सभी इसे सीख सकते हैं। इसे कैसे करें? निरंतर अभ्यास से! अपने दैनिक जीवन में, हमें हर काम को सचेत और स्थिर मन से करने का प्रयास करना चाहिए और उसे निर्धारित समय पर पूरा करना चाहिए। कार्य कितना भी छोटा क्यों न हो, इससे कोई फर्क नहीं पड़ता। यदि हम इसी तरह काम करते रहेंगे, तो हम अपने सभी कार्यों को निर्धारित समय पर पूरा कर पाएंगे। धीरे-धीरे यह एक महान व्यक्तित्व के निर्माण का मार्ग प्रशस्त करेगा। समाज को ऐसे पुरुषों की सख्त जरूरत है जो अपने वचन के पक्के हों और परिणाम दें। वास्तव

में, किसी समाज का भविष्य काफी हद तक ऐसे पुरुषों पर निर्भर करता है। उन्हें केवल डॉक्टर और इंजीनियर ही नहीं होना चाहिए। आम जनता – किसान, बढ़ई, राजमिस्त्री, विक्रेता, दुकानदार, रिक्शा चालक, दर्जी या रसोइया – चाहे उनका पेशा कुछ भी हो – वे 'सम्मानित पुरुष' जो अपने वचन के पक्के होते हैं और समय पर काम पूरा करते हैं, उन्हें बहुत सम्मान और समृद्धि प्राप्त होती है।

हमारा व्यक्तित्व कभी भी हमारे पेशे पर निर्भर नहीं करता, बल्कि हमेशा हमारे चरित्र, ईमानदारी और निस्वार्थता पर निर्भर करता है। हमें इस बात को एक पल के लिए भी नहीं भूलना चाहिए। एक कहानी है। मूसलाधार बारिश में भीगने से बचने के लिए तीन आदमी एक फूस की झोपड़ी के बरामदे में शरण लेने गए। घर में रहने वाले परिवार ने उन्हें अंदर बुलाना चाहा, क्योंकि वे उनके मेहमान थे। तीनों मेहमानों ने, जिन्होंने अपने नाम ईमानदारी, समृद्धि और प्रसिद्धि बताए, घर में प्रवेश करने से इनकार कर दिया।

तीनों ने मिलकर सुझाव दिया कि उनमें से केवल एक को ही घर में आमंत्रित किया जाए। घर के मालिक ने सुझाव दिया कि उन्हें 'यश' को आमंत्रित करना चाहिए। उनकी पत्नी ने सुझाव दिया कि उन्हें 'समृद्धि' को आमंत्रित करना चाहिए। हालांकि, उनकी बहू ने सुझाव दिया कि 'ईमानदारी' को आमंत्रित करना बेहतर होगा। सभी को यह विचार पसंद आया और 'ईमानदारी' को घर में आमंत्रित किया गया। और सभी को आश्चर्य हुआ कि ईमानदारी के साथ-साथ समृद्धि और यश भी घर में प्रवेश कर गए। इस कहानी का क्या अर्थ है? जहां ईमानदारी होती है, वहां समृद्धि और यश अवश्य ही आते हैं।

स्वामी विवेकानंद ने हमें यही सिखाया था: “निस्वार्थता सबसे अधिक फलदायी होती है। बस लोगों में इसे अभ्यास में लाने का धैर्य नहीं होता। जीवन लेन-देन के सिद्धांत पर आधारित है। लेकिन जो व्यक्ति अपने प्रयासों के फल की गणना करता रहता है, वह कभी कुछ हासिल नहीं कर पाएगा। महान पुरुषों के जीवन को पढ़ने पर आप पाएंगे कि वे हमेशा देने में लीन रहते थे। अंततः यश और समृद्धि स्वयं उनके पास लौटकर आती है। वास्तव में, जीवन लेने से कहीं अधिक देने के बारे में है।”

23. एकजुट होकर काम करना सीखें

सुग्रीव ने सीता की खोज में वानर योद्धाओं को चारों दिशाओं में भेजा। हनुमान के साथ नीला, गज, गवया, गवाक्ष, सुषेना, वृषभ, मैंदा, द्विविध, विजय, गंधमादन, उल्कामुख, अंगद और जाम्बवंत को दक्षिण दिशा में भेजा गया। अंगद को उनका नेता नियुक्त किया गया। सुग्रीव ने उन्हें तीस दिनों की समय सीमा दी। जब वे रवाना होने ही वाले थे, सुग्रीव ने हनुमान को पुकारा और उनसे कहा, “हे अंजन के पुत्र! तुम पृथ्वी पर किसी भी स्थान तक पहुँचने में सक्षम हो। तुम अपने पिता वायु, पवन देव, के समान नदियों और सागरों को पार करने में सक्षम हो। तुम्हें विभिन्न क्षेत्रों और ऋतुओं का अच्छा ज्ञान है। तुम ज्ञानी पुरुष हो। इसलिए यह उत्तरदायित्व मुख्य रूप से तुम्हारे कंधों पर है।”

मान लीजिए आपको कोई कार्य सौंपा गया है। यह एक कठिन कार्य है। शुरुआत में आपको

समस्या की गहराई का अंदाजा नहीं है। फिर भी, आपको निर्धारित समय में कार्य पूरा करना है। हर पल आपका निरीक्षण और मार्गदर्शन करने वाला कोई "पर्यवेक्षक" नहीं है। फिर भी, आप बिना किसी बाधा के कार्य पूरा कर लेंगे और आप पर रखे गए भरोसे को कभी नहीं तोड़ेंगे। एक आदर्श व्यक्ति इसी प्रकार कार्य करता है। ऐसी परिस्थितियों में हम हनुमान जी को कार्य करते और उसे सफलतापूर्वक पूरा करते हुए देखते हैं। हनुमान जी की रचनात्मकता, निपुणता, उत्साह और प्रतिबद्धता हमें उनके इस चरित्र की संपूर्ण भव्यता का परिचय देती है।

ये वानर योद्धा एक लंबी और कठिन खोज के बाद दक्षिणी समुद्र तट पर पहुँचे। तीस दिनों की इस यात्रा के बाद भी,

उन्हें दी गई समय सीमा बहुत पहले ही बीत चुकी थी। उन्हें सीता के बारे में कोई जानकारी नहीं थी। इस समय, राजकुमार अंगद ने वानर योद्धाओं को संबोधित करते हुए कहा, “राजा सुग्रीव द्वारा दी गई समय सीमा बहुत पहले ही बीत चुकी है। हमें अभी भी सीता के बारे में कोई जानकारी नहीं है। अब यदि हम खाली हाथ लौटेंगे, तो वह हम सभी को मृत्युदंड दे देंगे। अब, इन परिस्थितियों में, किष्किंधा लौटने की बजाय यहीं मर जाना हमारे लिए बेहतर है। मैं आमरण अनशन करूंगा और यहीं प्राण त्याग दूंगा। आप सोच सकते हैं कि राजकुमार होने के नाते सुग्रीव मुझ पर कुछ दया दिखाएंगे। लेकिन सुग्रीव मुझे बचपन से ही नापसंद करते हैं। राम के आग्रह पर ही उन्होंने मुझे राजकुमार बनाया है। अब उनके पास मुझे दोषी ठहराने और मुझे यातना देने का मौका है। उस दंड को भोगने की बजाय यहीं मर जाना मेरे लिए बेहतर है।”

हनुमान ने अंगद की बातें सुनीं। हनुमान को लगा कि अंगद इन वानर योद्धाओं के मन में अराजकता के बीज बोकर सुग्रीव के विरुद्ध विद्रोह भड़का सकता है। अंगद अभी युवा है और एक छोटे समूह का नेता है। हनुमान अंगद के सुग्रीव के बारे में बोलने के तरीके से दुखी थे। ऐसी बातों के कारण सीता की खोज का महत्वपूर्ण मिशन अधूरा रह सकता था। वह किसी भी तरह इसे रोकना चाहते थे।

मानवों को नियंत्रित करने के लिए हम जितने भी चतुर तरीके अपनाते हैं, उन्हें चार श्रेणियों में वर्गीकृत किया जा सकता है: आश्वासन, प्रसन्नता, कलह और दंड। हनुमान ने यहाँ कलह पैदा करने का तीसरा तरीका अपनाया, चतुराई से बात की और यह सुनिश्चित किया कि वानर योद्धाओं का दल विद्रोह न करे। धमकी का प्रयोग करके उन्होंने थोड़ा भय उत्पन्न किया और उन्हें अपना इरादा बदलने पर मजबूर कर दिया।

उन्होंने वानर योद्धाओं से कहा: “हमें किसी भी कार्य को उसके परिणामों को अच्छी तरह से समझे बिना नहीं करना चाहिए। यदि हम सीता के ठिकाने का संदेश सुग्रीव तक नहीं पहुंचाते और यहीं मर जाते हैं, तो राम, लक्ष्मण, सुग्रीव और अन्य सभी भी किष्किंधा में अपने प्राण त्याग देंगे। और हम उनकी मृत्यु के लिए उत्तरदायी होंगे। इसके अलावा, अपने सगे-संबंधियों के भाग्य की कल्पना कीजिए? उनकी देखभाल कौन करेगा? इसलिए, प्राण त्यागना उचित नहीं है।”

फिर उन्होंने दंड के चौथे उपाय का प्रयोग किया और अंगद का मन बदल दिया। सकारात्मक भाव

से बात करते हुए हनुमान ने अंगद से कहा, “हे अंगद! तुम महान पराक्रमी पुरुष हो। तुम अपने पिता से भी अधिक शक्तिशाली हो। यदि तुम राजा बनोगे, तो तुम अपने पिता से भी महान शासक बनोगे। परन्तु तुम एक बात भूल रहे हो। ये वानर चंचल मन के हैं। ये किष्किंधा में अपनी पत्नियों और बच्चों को छोड़कर यहाँ आए हैं। क्या तुम्हें लगता है कि वे इस प्रकार यहाँ अपने प्राणों का बलिदान देने को तैयार होंगे? इसके अलावा, जाम्बवंथ, नीला, सुषेना और मैं स्वयं छोटे-छोटे स्वामी हैं।”

हम सुग्रीव के भक्त हैं और सदा उनकी सेवा में रहेंगे। हम उन्हें कभी नहीं छोड़ेंगे। कृपया यह न भूलें कि सुग्रीव के बाद, समय आने पर, आप ही राज्य के उत्तराधिकारी होंगे, क्योंकि उनकी अपनी कोई संतान नहीं है।” ये शब्द सुनकर अंगदा शांत रहे।

अगर हमारे सारे सपने बिना किसी प्रयास के पूरे हो जाएं, तो बेहतर व्यक्तित्व निर्माण की क्या आवश्यकता रह जाती है? काम जारी रखने से समस्याएं भी बढ़ती जाएंगी। बदलती परिस्थितियों से हमारा ध्यान अपने काम से नहीं भटकना चाहिए। बल्कि, हमें अपनी टीम के सदस्यों का ध्यान सही दिशा में केंद्रित करके काम जारी रखना चाहिए।

आम तौर पर, जब भी हम कोई काम शुरू करते हैं, तो हमें कई बाधाओं का सामना करना पड़ता है। इनमें से कुछ बाधाएं कभी-कभी सचमुच सिरदर्द बन जाती हैं। हमें ऐसे लोग भी मिलते हैं जो बड़े विश्वास के साथ कहते हैं कि हमें यह काम छोड़ देना चाहिए और कुछ और करना चाहिए, जो उनके अनुसार अधिक महत्वपूर्ण है। यह भी एक तरह की बाधा है। अब, इन सभी बाधाओं और भटकावों के बावजूद, जो व्यक्ति अपने मन को एक ही लक्ष्य पर स्थिर रख पाता है, वही पृथ्वी पर सबसे महान व्यक्ति है।

24. अप्रत्याशित, अनपेक्षित स्रोतों से सहायता

हनुमान की बुद्धिमत्तापूर्ण सलाह सुनकर अंगद शांत हो गए। तभी कुछ अजीब हुआ। संपथी नाम का एक विशाल चील वहाँ आया। वह दशरथ के मित्र जटायु का भाई था। उसने वानर योद्धाओं से कहा, “मैंने रावण को एक बहुत सुंदर स्त्री को जबरदस्ती ले जाते हुए देखा। वह रो रही थी, अपने गहने फेंक रही थी और चिल्ला रही थी, “राम! राम!” शायद वह सीता हो। यदि तुम इस सागर को पार करोगे तो रावण के राज्य लंका पहुँच जाओगे। वहाँ तुम्हें सीता मिल जाएँगी। ऋषि निसकार ने मुझे तुम्हारे आने तक यहाँ प्रतीक्षा करने को कहा था। मैं अब जा रहा हूँ। कमर कस लो और काम पर लग जाओ! तुम अवश्य सफल होगे!”

जो लोग लगन से काम करते हैं, उन्हें अज्ञात और अनपेक्षित स्रोतों से मदद मिलती है। ठीक इसी तरह, संपथी ने वानर योद्धाओं का मार्गदर्शन किया। उन्होंने सीता के ठिकाने के बारे में जानकारी दी, लेकिन उन्होंने उन्हें वह सारी जानकारी नहीं दी जिसकी उन्हें ज़रूरत थी। दूसरे लोग हमें थोड़ा-बहुत मार्गदर्शन तो दे सकते हैं, लेकिन वे हमारी समस्याओं का पूरी तरह से समाधान नहीं कर सकते। हमें उन्हें स्वयं ही हल करना होगा। हिम्मत हारने का कोई फायदा नहीं है।

जो व्यक्ति ईमानदारी और निस्वार्थ भाव से काम करता है, उसका मन निर्मल रहता है। वह एक ही समय में मन में उठने वाले अनेक विचारों में उलझता नहीं है। वह यह हिसाब नहीं लगाता कि

कोई विशेष कार्य करना लाभदायक है या नहीं। समय बीतने के साथ-साथ ऐसा मन अत्यंत शुद्ध हो जाता है और ऐसा शुद्ध मन स्वयं हमारे लिए गुरु का काम कर सकता है।

यह सुझाव हमें सभी आवश्यक समाधान प्रदान करता है। ईमानदारी से जीवन जीने वाले लोग इसी तरह सफल होते हैं।

25. कठिनाइयों का सामना करते समय दृढ़ रहो

अब वानर योद्धाओं को सीता का स्थान पता चल गया था। लेकिन सुग्रीव को सही जानकारी देने के लिए उन्हें सीता को देखना आवश्यक था। वे प्रसन्नतापूर्वक समुद्र तट पर डेरा डाले रहे। लेकिन विशाल लहरों और गर्जना से भरे भयावह समुद्र को देखकर और दूर-दूर तक कोई तट दिखाई न देने पर उन्होंने जल्द ही फिर से आशा खो दी।

अब उन्हें सागर पार करना है। कैसे? अंगदा ने चर्चा शुरू करते हुए कहा, “हे योद्धाओं! हमें बताया गया है कि सागर सौ योजन चौड़ा है (योजन प्राचीन भारत में मील या किलोमीटर जैसी दूरी मापने की एक इकाई थी। विद्वानों में इसकी सटीक माप को लेकर मतभेद है, एक योजन की दूरी 6 से 15 किलोमीटर के बीच बताई जाती है)। जो भी सागर पार करने में सक्षम हो, आगे आए। ऐसा व्यक्ति हमारी जान बचाएगा। वह हमें किष्किंधा वापस जाने और अपने सगे-संबंधियों के साथ सुखी जीवन जीने में सक्षम बनाएगा।” लेकिन कोई भी बंदर आगे नहीं आया।

तब अंगद ने पूछा: “कम से कम मुझे यह तो बताइए कि आपमें से प्रत्येक कितनी दूर तक कूद सकता है?” गज ने कहा कि वह दस योजन तक कूद सकता है। गवाक्ष ने बीस योजन तक कूदने का दावा किया। गवया ने कहा कि वह 62 हनुमान महान व्यक्तित्व निर्माण के लिए हमारे आदर्श हैं

अंगद ने कहा कि वह तीस योजन कूद सकता है और सरभा ने कहा कि वह चालीस योजन कूद सकता है। गंधमादन ने दस योजन और जोड़े, मैंदा ने साठ योजन कहा। द्विविध ने सत्तर योजन कहा और सुषेना ने कहा कि वह अस्सी योजन पार कर लेगा। जाम्बवंथ ने कहा कि वह नब्बे योजन कूद सकता है। इन सबकी बात सुनकर अंगद ने कहा कि वह पूरे सौ योजन कूदकर लंका पहुँच सकता है, लेकिन उसे यकीन नहीं है कि वह वहाँ से वापस कूद पाएगा या नहीं।

तब जाम्बवंथ ने उससे कहा, “हे राजकुमार! तुम सौ योजन पार करके लौट भी सकते हो। वास्तव में, तुम हज़ार योजन तक पार कर सकते हो। परन्तु अभी ऐसा नहीं कर सकते। क्योंकि तुम हमारे नेता हो और तुम्हें यह ज़िम्मेदारी सीधे अपने कंधों पर नहीं लेनी चाहिए। हम सब यहाँ तुम्हारे लिए यह काम करने के लिए हैं!” अंगद व्याकुल हो गया और बोला, “तुममें से कोई भी सागर पार करने को तैयार नहीं है और न ही कोई मुझे जाने देगा। लगता है हमारे लिए मृत्यु ही एकमात्र विकल्प बचा है!” इस प्रकार वानर योद्धा आगे क्या करें, इस बारे में काफी असमंजस में पड़ गए।

स्वामी विवेकानंद ने कहा, “शांति के आश्रय तक पहुँचने से पहले कितने ही तूफ़ानों और लहरों का सामना करना पड़ता है! मनुष्य जितना महान बनता है, उसे उतनी ही कठिन परीक्षाओं से गुज़रना पड़ता है। उनके जीवन की परख व्यावहारिक जीवन की कसौटी पर होती है, और तभी उन्हें महान माना जाता है।”

दुनिया के डर से। कायर और डरपोक लोग समुद्र की उग्र लहरों से डरकर अपनी नावों को किनारे पर डुबो देते हैं। सच्चा नायक इन पर कभी ध्यान नहीं देता। चाहे कुछ भी हो जाए, मुझे सबसे पहले अपने आदर्श को प्राप्त करना है - यही पुरुषकार है, 'पुरुषोचित प्रयास' (यही शब्द 'पुरुषकार' महिलाओं पर भी लागू होता है); ऐसे पुरुषोचित प्रयास के बिना ईश्वरीय सहायता का कोई लाभ नहीं होगा।

स्वामीजी ने शायद इसी घटना को ध्यान में रखते हुए यह बात कही थी। हनुमान जी में पुरुषकार यानी 'पुरुषत्व' पूर्ण रूप से प्रकट होता है।

उन लोगों के व्यक्तित्व और मानसिक संरचना की कल्पना कीजिए जो एवरेस्ट पर चढ़ते हैं, समुद्र पार तैरते हैं या नाव या हवाई जहाज से पृथ्वी का चक्कर लगाते हैं। आधुनिक युग में भी हम उनमें ऐसी ही मर्दानगी देख सकते हैं। हमें ऐसी ही 'मर्दाना कोशिश' की ज़रूरत है।

26. अपने आप को उस महान शक्ति की याद दिलाएं जो पहले से ही आप में मौजूद है

जब वानर योद्धा असमंजस की स्थिति में थे, तब जाम्बवंथ ने उनसे कहा, “हे योद्धाओं! कृपया शांत हो जाइए। हममें से एक व्यक्ति अभी भी ऐसा है जो इस असंभव कार्य को आसानी से पूरा कर सकता है। मैं जाकर उसे प्रेरित करता हूँ ताकि वह कार्य में जुट जाए!” वह 64 हनुमान के पास गए, जो एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए हमारे आदर्श हैं।

हनुमान, जो कुछ दूरी पर शांतिपूर्वक बैठे उन्हें देख रहे थे।

जाम्बवंथ ने उससे कहा। “हनुमान! ये क्या है? आप अपार शक्ति और ज्ञान के धनी हैं, फिर भी यहाँ ऐसे बैठे हैं मानो आपको कुछ पता ही न हो। क्या संकट की इस घड़ी में चुपचाप बैठे रहना आपको शोभा देता है? मैंने गरुड़ को देखा। आप शक्ति में उनके समान हैं। इतना ही नहीं, बुद्धि और शारीरिक शक्ति दोनों में आपका कोई सानी नहीं है। आप माता अंजनी के पुत्र हैं और वायु देव की शक्ति से उत्पन्न हुए हैं। जब आप शिशु थे, तो उगते सूरज को फल समझकर उसे पकड़ने के लिए आकाश में छलांग लगा दी थी। सूर्य की गर्मी भी आपको रोक नहीं पाई। यह देखकर इंद्र भयभीत हो गए और उन्होंने आपको वज्र से प्रहार किया। उस प्रहार से आप एक पर्वत की चोटी पर गिर पड़े। इसके कारण आपके बाएँ गाल पर एक छोटा सा धंसाव हो गया। इसी कारण आपका नाम हनुमान पड़ा। जब वायु देव को आपके साथ हुई घटना का पता चला, तो वे चलना बंद कर दिए। इसके कारण पूरा ब्रह्मांड अस्त-व्यस्त हो गया। सभी लोग वायु देव से प्रार्थना करने लगे कि वे अपना विरोध छोड़ दें। उन्हें शांत करने के लिए ब्रह्मा ने आपको वरदान दिया कि कोई भी हथियार आपको नुकसान नहीं पहुँचाएगा। तुम्हें मार सकते हैं। देवेंद्र ने तुम्हें स्वेच्छा से मृत्यु का वरदान दिया है। तुम असाधारण शक्ति के धनी हो, इतने महान वरदानों से संपन्न हो। संकट की इस घड़ी में तुम ऐसे कैसे बैठे रह सकते हो?

सभी बंदरों का जीवन आप पर निर्भर है। आप ही हमारे रक्षक हैं! अब उठिए और अपनी शक्ति दिखाइए!

“हे सिंहसमान शक्ति वाले योद्धा, उठो! उठो और सीता को न ढूंढ पाने की स्थिति में इन योद्धाओं पर आने वाली विपत्ति के भय से उन्हें मुक्ति दिलाओ। सागर पार करके हम सबको बचाओ!”
जब जाम्बवंथ ने हनुमान की प्रशंसा की, तो हनुमान अत्यंत प्रसन्न हुए। उनका शरीर ताड़ के वृक्षों के समान बढ़ने लगा। सभी वानर योद्धा उनकी असाधारण विशालता देखकर चकित रह गए। सभी हनुमान की प्रशंसा करने लगे। इससे उनका आकार और भी बढ़ गया।
हनुमान ने सभी वृहदों को प्रणाम किया और उनसे कहा, “हे महान योद्धाओं! पर्वतों को गतिमान करने वाले पवन देवता मेरे पिता हैं। वे अग्निदेव के महान मित्र हैं। मैं मेरु पर्वत तक उड़कर कितनी भी बार वापस आ सकता हूँ। मेरे हाथों की गति से उत्पन्न हलचल सागर को भी मंथन कर देगी। मैं गरुड़ के समान गति से यात्रा कर सकता हूँ। माता सीता के दर्शन के उत्साह से मेरा मन भरा हुआ है। मैं अब लंका के लिए प्रस्थान करूँगा और राम के धनुष से निकले बाण की तरह यात्रा करूँगा। मेरे लौटने तक आप सब शांत रहें। आवश्यकता पड़ने पर मैं लंका द्वीप को उखाड़कर यहाँ लाऊँगा!” जब हनुमान ने इस प्रकार कहा, तो वानर योद्धा 66 हनुमान एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए हमारा आदर्श
लोगों ने उनका जयजयकार किया और उनका उत्साह बढ़ाया। उस शोरगुल में समुद्र की गर्जना भी सुनाई नहीं दे रही थी।
हनुमान को जाते हुए देखकर जाम्बवंथ ने कहा, “हे हनुमान! आपने इन वानर योद्धाओं के हृदयों से चिंता दूर कर दी। अब हम सब प्रसन्न हैं। आपने हमारे हृदयों को विश्वास और शक्ति से भर दिया। यहाँ उपस्थित सभी वृहद मेरे साथ आपको आशीर्वाद देते हैं। आप हमारे पूर्वजों और गुरुओं के आशीर्वाद से सागर पार करेंगे। हम सब यहाँ आपके लौटने की बेसब्री से प्रतीक्षा करेंगे। आप ही हमारी एकमात्र आशा हैं। अब, अपना मिशन पूरा कीजिए और सफलतापूर्वक लौट आइए!”
जीवन में कभी-कभी हम खुद पर से विश्वास खो बैठते हैं। ऐसे में क्या करें? हमें अपनी अब तक की सफलताओं को याद करना चाहिए। इससे हमें उत्साह और प्रेरणा मिलेगी।
स्वामी विवेकानंद ने हमें सिखाया कि हमें हमेशा याद रखना चाहिए कि हमारे रक्त में प्राचीन महान ऋषियों का रक्त बह रहा है। हमें अपने पूर्वजों और माता-पिता की महानता को याद रखना चाहिए। हमें उन पर गर्व करना चाहिए। इससे हमारा आत्मविश्वास बढ़ता है और हम उत्साह से भर जाते हैं।
सबसे बढ़कर, हमें हमेशा अपने भीतर विद्यमान आत्मा की शक्ति को याद रखना चाहिए। जब हम इसे याद रखते हैं, तो हमारी इच्छाशक्ति मजबूत होती है और हमें वह आत्मविश्वास प्रदान करती है कि हम

हम हर चीज हासिल कर सकते हैं। हम जितना अधिक स्वयं को आत्मा की शक्ति का स्मरण दिलाते रहेंगे और इसे अपने मन में ताजा रखेंगे, उतना ही बेहतर हम कार्य कर पाएंगे और एक सशक्त व्यक्तित्व का निर्माण कर पाएंगे।
27. उस क्रूर व्यक्ति का सामना करो!
जब हम कोई भी काम शुरू करते हैं, तो हमें तरह-तरह की समस्याओं का सामना करना पड़ता

है। स्वामीजी ने समस्याओं से निपटने के तरीकों और साधनों को विस्तार से समझाया। हनुमान जी के जीवन में इन सभी का उदाहरण देखा जा सकता है।

हनुमान महेंद्रगिरि नामक पर्वत पर चढ़े और वहाँ से हवा में छलांग लगाई। जल्द ही उन्हें अपनी पहली बाधा का सामना करना पड़ा। हनुमान के मार्ग में समुद्र की गहराई में स्थित मैनाक नामक पर्वत था। समुद्र देव की कृपा से मैनाक पर्वत सीधा खड़ा हो गया था ताकि हनुमान उस पर उतरकर थोड़ा विश्राम कर सकें। हनुमान ने पर्वत को अपने मार्ग में खड़ा देखा और सोचा कि पर्वत उनका रास्ता रोक रहा है। वायु की उसी शक्ति से, जिससे बादल विसर्जित हो जाता है, उन्होंने अपनी छाती से पर्वत की चोटी को धकेल कर आगे बढ़ गए।

तब मैनाक पर्वत ने मानव रूप धारण किया और हनुमान को आमंत्रित करते हुए कहा, “हे हनुमान! आप असाधारण उपलब्धि हासिल कर सकते हैं। कृपया मुझ पर कदम रखें और थोड़ी देर विश्राम करें।”

हनुमान ने उत्तर दिया, “हे मैनाका! आपके निमंत्रण से मुझे अत्यंत प्रसन्नता हुई। परन्तु मैं अभी रुक नहीं सकता। आपके शब्द ही आपके आतिथ्य सत्कार को दर्शाते हैं। कृपया मेरे इनकार का दुःख न करें। मैं एक महत्वपूर्ण कार्य पर जा रहा हूँ। मैंने प्रतिज्ञा की है कि मैं राम के धनुष से छूटे बाण की तरह यात्रा करके सूर्यास्त से पहले लंका पहुँच जाऊँगा। इसलिए मुझे कहीं भी नहीं रुकना चाहिए।” उन्होंने मैनाका को हाथ से स्पर्श किया और अपनी यात्रा जारी रखी।

मैनाक ने हनुमान जी से रुकने और उनकी सहायता करने का अनुरोध किया। लेकिन हनुमान जी ने सोचा कि यह आतिथ्य सत्कार भी बाधा बन जाएगा। स्वामीजी अक्सर एक कहावत सुनाते थे, “जो बहुत ज्यादा बारीकी से देखता है, उसे कुछ नहीं मिलता!” इसका अर्थ है कि किसी बड़े लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए छोटी-मोटी औपचारिकताओं पर ज्यादा ध्यान नहीं देना चाहिए। जब वे सूर्यास्त तक लंका पहुँचने के लिए दृढ़ संकल्पित थे, तो कहीं भी विश्राम करना उनके लिए बाधा होता। इसीलिए हनुमान जी को विश्राम का विचार पसंद नहीं आया। इतना ही नहीं, मैनाक को एक तरफ धकेलने के बावजूद, उन्होंने तुरंत अपना लहजा बदल लिया, विनम्रता से जवाब दिया और उन्हें प्रसन्न कर दिया। यह एक बार फिर हनुमान जी की महानता को दर्शाता है।

अब हनुमान जी द्वारा शुरू किए गए इस असंभव मिशन को देखकर देव, गंधर्व, सिद्ध और महर्षि उनकी क्षमताओं की परीक्षा लेना चाहते थे। वे उनके पास पहुँचे।

उन्होंने नागों की देवी सुरसा से हनुमान जी की शक्ति और बुद्धि की परीक्षा लेने का अनुरोध किया। उन्होंने सुरसा से कहा, “हनुमान सागर पार कर रहे हैं। हम उनकी परीक्षा लेना चाहते हैं। हम चाहते हैं कि आप एक विशाल पर्वत के आकार के राक्षस का रूप धारण करके उनका मार्ग रोकें और उनकी परीक्षा लें!”

सुरसा ने भयानक रूप धारण कर हनुमान के रास्ते में खड़ी होकर उनसे कहा, “हे हनुमान! देवताओं ने तुम्हें मुझे भोजन के रूप में दिया है। मैं बहुत भूखी हूँ और तुम्हें खा जाऊँगी। अब तुम्हारे पास मेरे मुँह में जाने के अलावा कोई चारा नहीं है!” हनुमान ने उसकी बात सुनी और

कहा, “माँ! अब मैं राम की सेवा में एक मिशन पर जा रहा हूँ। मैं पहले सीता का पता लगाऊँगा। राम को यह जानकारी देने के बाद मैं खुशी-खुशी आपको स्वयं को अर्पित करूँगा!” लेकिन सुरसा टस से मस नहीं हुई। उसने कहा, “मुझे परवाह नहीं! तुम मुझसे बच नहीं सकते। ब्रह्मा ने मुझे वरदान दिया है कि जो भी मेरे पास आएगा उसे मेरे मुँह में जाना होगा। इसलिए तुम्हें मेरे मुँह में जाना होगा।” अब हनुमान इस समस्या से बचने के लिए अपने शरीर का आकार बढ़ाने लगे। सुरसा ने भी अपने मुँह का आकार बढ़ाना शुरू कर दिया। उसके मुँह को विशाल होते देख हनुमान ने सोचा, “अब उसका मुँह बहुत बड़ा हो गया है। मैं स्वयं को बहुत छोटा कर लूँगा, उसके मुँह में प्रवेश करूँगा और पलक झपकते ही बाहर आ जाऊँगा। इससे उसका वरदान पूरा हो जाएगा और शायद वह मुझे छोड़ देगी।” उन्होंने स्वयं को बहुत छोटा बना लिया, 70 हनुमान महान व्यक्तित्व निर्माण के लिए हमारा आदर्श हैं

वह झट से उसके मुख में प्रवेश कर गया और पलक झपकते ही बाहर आ गया। आकाश में ऊँचाई पर खड़े होकर उसने हाथ जोड़कर उसे प्रणाम किया और कहा, “हे सुरसा! कृपा करके मेरा प्रणाम स्वीकार कीजिए! ब्रह्मा द्वारा दिए गए वरदान के अनुसार मैं आपके मुख में प्रवेश कर गया। अब मुझे जाने दीजिए!” सुरसा अत्यंत प्रसन्न हुई और उसने उसे सफलता का आशीर्वाद दिया।

सुरसा से हुई मुठभेड़, हालांकि शत्रुतापूर्ण थी, लेकिन मैनाक से हुई मुठभेड़ के समान थी। लेकिन सुरसा से बच निकलना संभव नहीं था। हमें भी काम में ऐसी ही बाधाओं का सामना करना पड़ता है। हम इन बाधाओं को पार करने के बाद ही आगे बढ़ पाएंगे। हमें लग सकता है कि ऐसी बाधाओं को दूर करने का कोई उपाय नजर नहीं आ रहा है, लेकिन हनुमान ने हमें इनसे निपटने का तरीका दिखाया।

जैसे-जैसे वह आगे बढ़ता गया, उसका सामना एक और राक्षसी से हुआ जिसका नाम सिम्हीका था। वह आकाश में उड़ने वाली किसी भी चीज़ की परछाई पकड़कर उसे नीचे खींच सकती थी। उसने हनुमान को देखा और सोचा, “काफी समय से मैंने अच्छा भोजन नहीं किया है। आखिरकार मुझे एक ऐसा जानवर मिल गया है जो मेरी भूख मिटाने के लिए काफी बड़ा है। मैं इसे खाऊंगी!” सिम्हीका ने हनुमान की परछाई पकड़ ली और उन्हें नीचे खींचने लगी। हनुमान समझ गए कि उन्हें नीचे खींचा जा रहा है। उन्होंने चारों ओर देखा और पाया कि एक विशाल जानवर जैसी राक्षसी उन्हें नीचे खींच रही है। उन्हें सुग्रीव द्वारा इस राक्षसी के बारे में बताई गई बात याद आ गई। यह राक्षसी, सिम्हीका, किसी भी चीज़ की परछाई को पकड़कर उसे नीचे खींचने में सक्षम है।

वह उड़ने वाले प्राणियों की परछाई पकड़कर उन्हें नीचे खींचने में सक्षम था। उसने एक बार फिर अपने शरीर का आकार बढ़ाना शुरू कर दिया। सिम्हीका ने भी अपना मुँह चौड़ा करना शुरू कर दिया। हनुमान उसके मुँह से उसके महत्वपूर्ण अंग देख सकते थे। उसने पलक झपकते ही अपना शरीर छोटा कर लिया, उसके शरीर में प्रवेश किया, उसके महत्वपूर्ण अंगों को चीर-फाड़ कर उसे मार डाला और बाहर निकलकर अपनी यात्रा जारी रखी। देवी-देवता आकाश से इस दृश्य को विस्मय से देख रहे थे। उन्होंने कहा, “हे हनुमान! आप सभी वानरों में श्रेष्ठ हैं। आपके जैसे साहस,

बुद्धि, इच्छाशक्ति और कार्यकुशलता के लिए कोई भी कार्य कठिन नहीं होगा। आप जो भी लक्ष्य रखेंगे, उसे प्राप्त कर सकेंगे। आप हमेशा सफल होंगे!"

सिम्हीका के मामले में बाधा को जड़ से उखाड़ फेंकने के अलावा कोई रास्ता नहीं था। हनुमान जी में ऐसा करने की पर्याप्त शक्ति थी। हनुमान जी को उस जानवर के बारे में पहले से ही जानकारी थी। स्वामीजी ने कहा, "कुशल कार्य करने के लिए सर्वांगीण बुद्धि की आवश्यकता होती है।"

जीवन में सफलता के लिए, हमें उचित समझ, व्यावहारिक ज्ञान और यथासंभव अधिक से अधिक विषयों का व्यापक ज्ञान होना चाहिए। ऐसे गुण का महत्व शब्दों में व्यक्त नहीं किया जा सकता। केवल ज्ञान से कहीं अधिक, हमें उस ज्ञान को दैनिक जीवन में लागू करने की क्षमता को सावधानीपूर्वक विकसित करना चाहिए। यही एक महान व्यक्तित्व की पहचान है।

28. हमें निराशा पर विजय प्राप्त करनी होगी

हनुमान ने लंका नगर का एक-एक कोना छान मारा, लेकिन सीता नहीं मिलीं। वे निराशा से भर गए। उन्होंने सोचा, "सीता ने रावण से बचने के लिए आत्महत्या कर ली होगी। इन सभी राक्षसों के भयानक रूप देखकर शायद उन्हें सदमा लगा होगा और उनकी मृत्यु हो गई होगी। सीता को ढूंढे बिना मैं वापस कैसे जा सकता हूँ? अंगद और अन्य लोगों को, जो बेसब्री से मेरा इंतजार कर रहे होंगे, मैं क्या बताऊँगा? मैं उन्हें अपना चेहरा कैसे दिखाऊँगा? चाहे कुछ भी हो जाए! मैं सीता को ढूंढे बिना लंका नहीं छोड़ूंगा। आखिर यह निराशा किसलिए है? मैं इसे त्यागकर सीता की खोज जारी रखूंगा।"

उसने रावण के घर के भीतरी हिस्से के हर कोने-कोने की तलाशी ली, लेकिन सीता कहीं नहीं मिलीं। उसका मन निराशा से भर गया। उसने सोचा, "लगता है सीता लंका में नहीं हैं। शायद क्रूर रावण उन्हें खा गया हो। शायद राम के चिंतन में उन्होंने अपना शरीर त्याग दिया हो। मैं यह संदेश राम को कैसे पहुंचाऊं? अगर मैं उन्हें बताऊं कि मुझे सीता नहीं मिलीं, तो राम और लक्ष्मण के साथ-साथ सुग्रीव और सभी अन्य लोग भी अपना शरीर त्याग देंगे। मैंने इतनी कठिनाइयों का सामना करते हुए समुद्र पार किया; क्या मेरी सारी मेहनत व्यर्थ जाएगी? मेरा संकल्प यही है! जब तक मुझे सीता नहीं मिल जातीं, मैं इस स्थान को नहीं छोड़ूंगा!" फिर वह अशोक के पास गया।

29. हमें दूसरों के दुखों को अपना दुख समझना चाहिए। 73

वे एक उपवन में गए और सीता को सिंसुपा नामक वृक्ष के नीचे बैठे हुए पाया।

हनुमान जी के सामने भी वैसी ही परिस्थिति आई जैसी हम सबके जीवन में आती है। उनकी सोच भी आधुनिक समय में हमारी सोच से काफी मिलती-जुलती थी। एक ओर वे इस चिंता और निराशा से घिरे थे कि सीता को खोजने के अपने मिशन में शायद वे सफल न हो पाएं। दूसरी ओर, वे अपने मन को शांत करने और उसे नियंत्रित करने का प्रयास कर रहे थे। उन्होंने अपने मन से सारी निराशा दूर कर दी और अपना काम जारी रखा, और अंततः सफलता प्राप्त की। हमें भी निराशा पर विजय पाने और अपने लक्ष्य पर केंद्रित रहने की ऐसी ही क्षमता विकसित करनी होगी। स्वामीजी ने कहा, "सारी शक्ति तुम्हारे भीतर है! तुम्हें जिस ऊर्जा, सहायता और समर्थन की आवश्यकता है, वह सब तुम्हारे भीतर है... अपने लक्ष्य को हजार बार याद करो, और हजार

बार असफल होने पर भी एक बार फिर प्रयास करो।" सीता को खोजे बिना लंका न छोड़ने का दृढ़ संकल्प लेकर हनुमान जी ने हमें संकट के समय दृढ़ निश्चय के साथ व्यवहार करना सिखाया। इसी दृढ़ इच्छाशक्ति से वे सीता को खोजने में सफल हुए।

29. हमें दूसरों के दुखों को समझने में सक्षम होना चाहिए।

हमारा अपना

हनुमान ने सूर्योदय से ठीक पहले सीता को देखा। वह एक सिंदूर के पेड़ के नीचे बैठी थीं और लंबे उपवास के कारण दुबली हो गई थीं। 74 हनुमान एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए हमारे आदर्श हैं।

और सीता का चेहरा पीला पड़ गया। इसी बीच रावण वहाँ आ गया। डर या कृपावश उसने सीता को अपने साथ विवाह करने के लिए मनाने की कोशिश की। लेकिन सीता अपने फैसले पर अड़ी रहीं। उन्होंने कहा, "जल्द ही राम यहाँ आकर तुम्हें मार डालेंगे और मुझे वापस ले जाएँगे।" रावण क्रोधित हो गया और सीता को धमकी दी, "मैं तुम्हें अपना मन बदलने और मुझसे विवाह करने के लिए एक महीने का समय देता हूँ। अगर तुमने ऐसा नहीं किया, तो मैं तुम्हारे टुकड़े-टुकड़े कर दूँगा, तुम्हें पकाकर खा जाऊँगा!"

हनुमान ने सोचा, "आखिरकार मुझे सीता के दर्शन हो गए, जो इस जगत में सुख लाती हैं। मुझे उनसे सावधानी से बात करनी चाहिए। अगर वे मुझे देखकर डर गईं और रोने लगीं, तो सारे राक्षस जाग उठेंगे और बड़ा युद्ध शुरू हो जाएगा। इससे मेरा मिशन विफल हो जाएगा। मैं सीता को यह नहीं बता पाऊंगा कि राम उन्हें ढूंढ रहे हैं और जल्द ही उन्हें बचाने आ रहे हैं। सीता के ठिकाने की खबर भी राम तक नहीं पहुंचेगी। इसीलिए आर्य कहते हैं कि राजा के दूतों को समय और परिस्थितियों का ध्यान रखते हुए बहुत सावधानी से काम करना चाहिए। अन्यथा सब कुछ व्यर्थ हो जाएगा। अब सीता राम के बारे में सोच रही हैं। इसलिए मैं राम की प्रशंसा करते हुए अपना परिचय दूंगा, ताकि वे प्रभावित हों।"

रावण के जाते ही सभी राक्षस सो गए। लेकिन हनुमान अचानक पेड़ से नीचे नहीं उतरे। वे उसके सामने कूदना नहीं चाहते थे, क्योंकि इससे वह डर सकती थी। जब आप बात कर रहे हों

29. हमें दूसरों के दुखों को अपना दुख समझना चाहिए। 75

जब कोई व्यक्ति संकट में हो, तो बेहतर है कि विषय को धीरे-धीरे शुरू किया जाए। इसी बात को ध्यान में रखते हुए, उन्होंने वृक्ष से ही राम की कथा सुनाना शुरू कर दिया। उन्होंने राम के जन्म से शुरुआत की और बताया कि कैसे वे वन गए और सीता का अपहरण हुआ। फिर उन्होंने राम और सुग्रीव की मित्रता की कहानी सुनाई और बताया कि कैसे राम स्वयं सीता की खोज में लंका आए। यह सुनकर सीता ने थोड़ा साहस जुटाया और हनुमान को खोजने के लिए वृक्ष की शाखाओं की ओर देखा। हनुमान वृक्ष से नीचे उतरे और उन्हें राम की राजमुकुट दी। उन्होंने सीता को आश्वासन दिया कि राम जल्द ही सुग्रीव के नेतृत्व में वानर और भालुओं की एक विशाल सेना के साथ आएंगे और रावण को परास्त करेंगे। यह सुनकर सीता प्रसन्न हुईं।

जब हम निराशा और भय में डूबे लोगों से बात करते हैं, तो हमें बहुत सावधान रहना चाहिए। हमें अपने सौम्य व्यवहार से उनमें थोड़ा सा विश्वास जगाना चाहिए। केवल वही लोग जो दूसरों के

कष्टों को अपना समझकर उन्हें सांत्वना दे सकते हैं। स्वामीजी ने कहा, "दूसरों की समस्याओं को अपनी समस्या समझकर देखो!" इसे ही सहानुभूति कहते हैं और यह एक महान गुण है।
संदेह और निराशा में डूबे व्यक्ति को समझाने और प्रभावित करने का ऐसा कारनामा कौन कर सकता है? केवल वे लोग जिनमें निस्वार्थता का भाव प्रबल हो। 76 हनुमान - एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए हमारा आदर्श
और जो अहंकार से पूरी तरह मुक्त हों। यह उन लोगों के लिए संभव नहीं है जो केवल दिखावटी बातें करते हैं। एक पूर्णतः निस्वार्थ व्यक्ति के शब्द हृदय की गहराई से निकलते हैं। केवल वे लोग जिनका हृदय करुणा और ईमानदारी से भरा हो, वास्तव में दूसरों को आश्वस्त करने और सांत्वना देने का महान कार्य कर सकते हैं।

30. दूरदर्शिता विकसित करना सीखें

आम तौर पर पुरुष तात्कालिक प्रतिक्रिया देते हैं और तुरंत काम शुरू कर देते हैं। वे काम करते समय परिणामों के बारे में नहीं सोचते। हमें न केवल सौंपा गया काम करना चाहिए, बल्कि उसके परिणामों पर भी विचार करने के लिए पर्याप्त सावधानी बरतनी चाहिए।
सीता को पाकर हनुमान ने सोचा, "मैंने सीता को देख लिया है। अब बेहतर होगा कि मैं रावण की चालों का पता लगाने की कोशिश करूं। मुझे रावण की असली ताकत का पता लगाना होगा। मुझे राक्षसों से युद्ध करके उनकी युद्ध रणनीति को समझना होगा। अगर मैं ऐसा कर लूं, तो मेरा काम ठीक से पूरा हो जाएगा।"
रावण के मामले में, आश्वासन, प्रसन्नता और कलह की पहली तीन रणनीतियाँ कारगर नहीं होंगी। रावण एक राक्षस है। इसलिए उससे आश्वस्त होकर बात करना कारगर नहीं होगा। और फिर वह अत्यंत धनी है। इसलिए उपहारों से वह प्रसन्न नहीं होगा। और फिर वह एक महान व्यक्तित्व का धनी है।

वीरता। उसके सभी मंत्री, सेना और अन्य सभी उसके पूर्ण नियंत्रण में हैं। इसलिए फूट डालने की रणनीति भी कारगर नहीं होगी। केवल अपनी शक्ति का प्रदर्शन करके ही मैं उसे वश में कर पाऊंगा। अब मैं कुछ राक्षस योद्धाओं को मारकर उसे थोड़ा कमजोर करने का प्रयास करूंगा।
उन्होंने आगे सोचा, "जो भी व्यक्ति अपने सौंपे गए कार्य के साथ-साथ कोई अन्य संबंधित कार्य भी करता है, जो अधूरा रह जाने पर भविष्य में पूरी परियोजना के लिए समस्याएँ उत्पन्न कर सकता है, वही सफल व्यक्ति है। रावण को पराजित करने और सीता को बचाने जैसे महान कार्य को करते समय हमें कई पहलुओं को ध्यान में रखना पड़ता है, जो कार्य को प्रभावित करते हैं। यदि हम केवल एक ही बात को ध्यान में रखकर कार्य करें, तो एक छोटा सा कार्य भी पूरा नहीं हो सकता। तो फिर रावण को पराजित करने जैसा बड़ा कार्य कैसे पूरा हो सकता है? और सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि जो व्यक्ति किसी कार्य को पूरा करने के अनेक तरीके खोज सकता है, वही सफल होगा, अन्य नहीं। इसलिए, मैं स्वयं को केवल सीता का पता लगाने तक सीमित नहीं रखूंगा।"
अब मुझे युद्ध शुरू करना होगा। इससे रावण मेरी शक्ति का अनुमान लगा सकेगा और वानर सेना

की ताकत का भी अंदाजा लगा सकेगा, और मैं उसकी सेना की ताकत का अंदाजा लगा सकूंगा। मुझे रावण से आमने-सामने मिलकर उसे राम का संदेश देना होगा। यह अशोक वन बहुत सुंदर है और रावण को यह बहुत पसंद है। अब मैं इसे नष्ट कर दूंगा। तब रावण मुझसे क्रोधित होगा और अपनी सेना मुझसे लड़ने के लिए भेजेगा।

हनुमान ने पेड़ों को उखाड़ना और तोड़ना शुरू कर दिया और मंडपों और लताओं को तहस-नहस कर दिया। देखते ही देखते उन्होंने पूरे स्थान को नष्ट कर दिया।

जब भी हमें कोई काम सौंपा जाता है, तो हमें उसके बारे में हर पहलू से सोचना चाहिए, उसके सभी फायदे-नुकसान और पूरे प्रोजेक्ट पर उस काम के पड़ने वाले प्रभाव पर विचार करना चाहिए। हमें खुद को सौंपे गए काम तक सीमित नहीं रखना चाहिए। हम उसके प्रभावों से पल्ला नहीं झाड़ सकते और न ही यह कह सकते हैं कि बाकी प्रोजेक्ट से हमारा कोई लेना-देना नहीं है। काम कितना कठिन है, इसके अनुसार हमें अपनी प्रतिबद्धता बढ़ानी होगी। स्वामीजी ने कहा, "सबसे महत्वपूर्ण बात जो मुझे कहनी है वह यह है कि काम उस पैमाने पर शुरू किया जाना चाहिए जो वांछित परिणामों के अनुरूप हो।" उन्होंने यह भी कहा, "जो कोई दूर के भविष्य को देखता है, उसके अनुसार सोचता है और काम करता है, वह महान कार्यों को पूरा कर सकता है।" यह दूरदर्शिता जन्मजात गुण नहीं है। हमें इसे अभ्यास से विकसित करना होगा।

31. पहल करें और काम करें

हनुमान ने रावण को क्रोधित करने के लिए अशोक वन को नष्ट कर दिया। रावण ने हनुमान को रोकने के लिए राक्षसों की एक पूरी टुकड़ी भेजी। हनुमान ने उन सभी को पल भर में मार डाला। फिर उन्होंने जंबुमाली को मार डाला, जो कि

रावण की सेना के प्रमुख प्रहस्त के पुत्र, अक्षकुमार और रावण के सात अन्य सेवकों के पुत्रों को हनुमान के पास भेजा गया। तब रावण ने हनुमान से लड़ने के लिए अपने पुत्र अक्षकुमार को भेजा। अक्षकुमार एक महान योद्धा था। वह धनुर्विद्या में निपुण था। हनुमान स्वयं उसकी वीरता देखकर विस्मय से भर उठे। उन्होंने सोचा, "यद्यपि यह अक्षकुमार छोटा है, परन्तु बहुत शक्तिशाली है। यदि मैं इसे अभी न मारूँ, तो यह आगामी युद्ध में एक बड़ी बाधा बनेगा। छोटी सी लौ को भी बुझा देना चाहिए। एक बार जब वह भयंकर रूप ले लेती है, तो उसे बुझाना मुश्किल हो जाता है। इसलिए मैं इसे अभी ही नष्ट कर दूँगा।" भयंकर युद्ध में हनुमान ने अक्षकुमार को मार डाला।

इस प्रकार, हनुमान राक्षसों की शक्ति का आकलन करने में सक्षम हुए और उन्होंने कई योद्धाओं, विशेषकर अक्षकुमार और जंबुमाली को मार गिराया। इस प्रकार, उन्होंने आगामी युद्ध में सफलता का मार्ग प्रशस्त किया।

हनुमान ने अक्षकुमार का वध अपनी मर्जी से किया। उन्होंने यह नहीं सोचा कि यह उनका कर्तव्य नहीं है या जब सभी वानर योद्धा आगामी युद्ध में उनके साथ शामिल होंगे तो वे यह कार्य नहीं कर पाएंगे। उन्होंने इसे अनावश्यक बोझ नहीं समझा।

लोग आमतौर पर काम से बचने की कोशिश करते हैं। बल्कि, वे आम तौर पर 'बुराई को टालने'

की कोशिश करते हैं। जब उन्हें काम करना पड़ता है और उससे बचना नामुमकिन हो जाता है, तो वे विलाप और शिकायत करते रहते हैं और अंत में औसत दर्जे के परिणाम पाते हैं। 80 हनुमान - महान व्यक्तित्व निर्माण के लिए हमारा आदर्श। इन सबसे ऊपर, वे ऐसे परिणामों का दोष किसी और पर या भगवान पर डालने की कोशिश करते हैं। लेकिन महान लोग अलग तरह से काम करते हैं। वे कार्ययोजना पर अच्छी तरह विचार करते हैं और एक बार काम करने का तरीका तय कर लेते हैं, तो वे हरक्यूलिस की तरह उसे अंजाम देने में जुट जाते हैं।

स्वामीजी ने कहा: "यदि सारी जिम्मेदारी हम स्वयं अपने कंधों पर ले लें, तो हम अपने सर्वोत्तम स्वरूप में होंगे। जब हमारे पास किसी से मदद मांगने के लिए कोई न हो, किसी पर दोष मढ़ने के लिए कोई शैतान न हो, किसी पर बोझ उठाने के लिए कोई ईश्वर न हो, जब हम अकेले ही जिम्मेदार हों, तभी हम अपने सर्वोत्तम स्वरूप में पहुंचेंगे। इस प्रकार कार्य करने से हमारा संपूर्ण व्यक्तित्व बदल जाएगा।"

32. हमें महानता को पहचानने में सक्षम होना चाहिए

अन्य

जब अक्षकुमार का पतन हुआ, तो इंद्रजीत युद्ध के मैदान में आया। वह रावण का सबसे बड़ा पुत्र था। उसने ब्रह्मास्त्र का प्रयोग करके हनुमान को पकड़ लिया। ब्रह्मास्त्र से हनुमान की मृत्यु तो नहीं हुई, लेकिन वे उसमें फंस गए। उन्हें बांधकर रावण के दरबार में ले जाया गया। हनुमान ने रावण को देखा और विस्मय से भर गए। उन्होंने मन ही मन कहा, "राक्षसों का यह राजा कितना सुंदर है! उसका साहस, शक्ति और सामर्थ्य अद्भुत है। यह आश्चर्य की बात है कि उसमें इतने सारे गुण हैं। यदि उसमें दूसरों की पत्नियों के प्रति लालसा का बुरा गुण न होता, तो वह तीनों लोकों पर शासन करने योग्य राजा होता।"

33. हमें अपनी गलतियों को स्वीकार करने में सक्षम होना चाहिए 81

दूसरों में महानता को पहचानने की क्षमता महान पुरुषों का गुण है। हनुमान जी अपने सबसे बड़े शत्रु में भी अच्छे गुण और मजबूत पक्ष देख और सराह सकते थे। यदि हम ऐसी महानता प्राप्त करना चाहते हैं, तो हमें भी इस गुण को विकसित करना होगा।

तब हनुमान ने रावण को सीता को राम को लौटाने की सलाह दी। लेकिन रावण को यह सलाह अच्छी नहीं लगी और उसने हनुमान को मृत्युदंड देने का आदेश दिया।

33. हमें अपनी गलतियों को स्वीकार करने में सक्षम होना चाहिए।

गलतियाँ

लेकिन रावण के छोटे भाई विभीषण ने विनती की कि दूत को मारा न जाए, बल्कि उसे अंग-भंग, दागने या कोड़े मारने जैसी अपमानजनक सजा दी जाए। रावण ने हनुमान की पूंछ को आग लगाकर काटने का आदेश दिया, क्योंकि पूंछ सभी बंदरों का प्रिय अंग होती है। राक्षसों ने हनुमान की पूंछ में आग लगा दी और उन्हें लंका की गलियों में घुमाने लगे। हनुमान ने ध्यान से देखा और लंका का नक्शा याद कर लिया। फिर उन्होंने खुद को मुक्त किया और अपनी जलती हुई पूंछ से सभी घरों को आग लगा दी। पूरी लंका आग की लपटों में घिर गई। तभी अचानक उन्हें सीता की याद आई और इस डर से वे अवाक रह गए कि कहीं वह भी आग में जल न गई हों।

उसने मन ही मन कहा, “मैंने क्रोध में आकर इस शहर को जलाकर बहुत बड़ी गलती की है। जो व्यक्ति अपने क्रोध पर काबू नहीं रख पाता, वह कोई भी पाप कर सकता है। वह अपने गुरु की हत्या भी कर सकता है या किसी गुणी व्यक्ति का अपमान भी कर सकता है। क्रोध में फंसा व्यक्ति यह भेद नहीं कर पाता कि क्या बोलना है और क्या नहीं। ऐसा व्यक्ति दूसरों को अंधाधुंध गाली दे सकता है या कोई भी जघन्य और भयानक कृत्य कर सकता है।”
आग बुझाने के लिए हम उस पर पानी छिड़कते हैं। ठीक उसी प्रकार, जो व्यक्ति अपनी बुद्धि से अपने क्रोध पर नियंत्रण रखता है, वही वास्तव में महान पुरुष है! जैसे साँप अपनी पुरानी केंचुली उतार देता है, वैसे ही जो व्यक्ति अपने क्रोध को त्याग देता है, उसे पुरुष कहा जाता है। (इसका अर्थ यह है कि अन्य लोगों को पुरुष नहीं कहा जा सकता! यही शब्द स्त्रियों पर भी लागू होता है, ठीक वैसे ही जैसे हमने पहले 'पुरुषकारा' शब्द देखा था।)
“यह सोचे बिना कि सीता भी लंका में हैं, मैंने पूरे शहर को जला दिया। मैंने अपने स्वामी राम के साथ विश्वासघात किया है और मुझे जरा भी शर्म नहीं है। अब मैं भी इस आग में कूदकर आत्महत्या कर लूंगी। आशा है सीता को कोई क्षति न हुई हो!”
लेकिन तभी उन्हें ज्ञान की प्राप्ति हुई। उन्होंने सोचा, “अग्नि देवता ने मेरी पूंछ नहीं जलाई! क्या वे सीता को जलाएंगे? बिलकुल नहीं!” वे अशोक वन में स्थित सिंसुपा वृक्ष की ओर दौड़े और वहां सीता को देखा। उन्होंने सीता को एक बार फिर प्रणाम किया और उनसे कहा कि वे राम के पास लौटना चाहते हैं।
34. अपनी बड़ाई मत करो! दूसरों की निंदा मत करो! 83
स्वामीजी ने कहा, “मानव स्वभाव में एक बड़ा खतरा यह है कि मनुष्य कभी स्वयं का आत्मविश्लेषण नहीं करता।” सभी महान पुरुषों में जो गुण प्रकाश की तरह चमकता है, वह है स्वयं का विश्लेषण करने की उनकी क्षमता। इस दुर्लभ गुण को आत्मविश्लेषण कहा जा सकता है। जो भी अपने अतीत के दोषों का विश्लेषण करने में सफल होता है और उन्हें न दोहराने का दृढ़ निश्चय करता है, वही सबसे सफल व्यक्ति होगा। हनुमान जी न केवल अपनी गलती को पहचानने, बल्कि उसे स्वीकार करने और स्वयं को सुधारने में भी सबसे अनुकरणीय उदाहरण के रूप में उभरे।
क्रोध पर नियंत्रण रखना अत्यंत महत्वपूर्ण गुण है। स्वामीजी ने कहा, “हमारा धर्म सिखाता है कि क्रोध एक बड़ा पाप है, चाहे वह उचित ही क्यों न हो।” स्वामीजी ने आगे कहा, “जब भी हम घृणा या क्रोध की भावना को दबाते हैं, तो हमारे भीतर उतनी ही अच्छी ऊर्जा संचित हो जाती है; वह ऊर्जा उच्चतर शक्तियों में परिवर्तित हो जाएगी।” हनुमान जी ने क्रोध के दुष्परिणामों और उसे नियंत्रित करने की विधि को अत्यंत व्यावहारिक ढंग से समझाया। जैसा कि स्वामीजी ने कहा, क्रोध और अन्य भावनाओं पर नियंत्रण का निरंतर अभ्यास करने से हम अलौकिक स्तर तक पहुँच सकते हैं।
34. अपनी बड़ाई मत करो!
दूसरों को नीचा दिखाना!

सीता के कल्याण के बारे में जानकर हनुमान जी जाने के लिए तैयार हो गए। लेकिन अब सीता को संदेह होने लगा। 84 हनुमान जी महान व्यक्तित्व निर्माण के लिए हमारे आदर्श हैं
वह राक्षसों का युद्ध में सामना करने की वानर सेना की शक्ति को लेकर संशय में थी। उसने हनुमान से पूछा, “हे हनुमान! मुझे लगता है कि केवल पवन देव गरुड़ और आप ही इस विशाल सागर को पार करके लंका पहुँच सकते हैं। क्या बाकी वानर योद्धा इस सागर को पार कर पाएंगे?”
उन्होंने कहा, “माँ! सुग्रीव स्वयं लंका के सभी राक्षसों का वध कर सकते हैं। वे जल्द ही लाखों योद्धाओं के साथ लंका पर अवतरित होंगे। वे अत्यंत बलवान हैं और मन की गति से भी तेज यात्रा कर सकते हैं। वे सुग्रीव के आदेशों की प्रतीक्षा कर रहे हैं। वे भूमि, जल और वायु में भी यात्रा करने में सक्षम हैं।”
“मुझसे कहीं अधिक शक्तिशाली योद्धा हैं और मैं उन सब में सबसे कमज़ोर हूँ। माँ! जब भी कोई काम करना होता है, सबसे कमज़ोर को पहले भेजा जाता है। इसीलिए मुझे पहले भेजा गया है। फिर भी, मैं सागर पार कर सकता हूँ। इसलिए आप निश्चिंत रहें कि अन्य लोग भी आसानी से सागर पार कर लेंगे और आपको जल्द ही बचा लिया जाएगा।”
हनुमान जी ने अपनी महानता का बखान नहीं किया। उन्होंने अपने साथी योद्धाओं को नीचा नहीं दिखाया। इसे ही विनम्रता कहते हैं। महान चरित्र की खोज करने वालों को इसकी आवश्यकता होती है। जब कोई व्यक्ति अहंकार और स्वार्थ से पूरी तरह मुक्त हो जाता है, तभी वह ऐसी विनम्रता प्राप्त कर पाता है, और यही उसे सर्वोपरि बनाता है। विनम्रता के विषय में तेलुगु में कई कहावतें प्रचलित हैं:

35. बोलने से पहले दूसरों की भावनाओं को समझने की कोशिश करें। 85

“फलों से लदा पेड़ हमेशा झुक जाता है!” “खाली बर्तन ज्यादा शोर करता है!” इत्यादि।
35. दूसरों की भावनाओं को समझने की कोशिश करें इससे पहले कि आप
आप बोलिए
लंका से लौटने पर हनुमान ने राम से कहा, “मैंने सीता को देखा!”
जब आप किसी ऐसे व्यक्ति को संबोधित करने जा रहे हों जो आपके संदेश की बड़ी उत्सुकता से प्रतीक्षा कर रहा हो, तो आपको सीधे संदेश देने से पहले लंबे समय तक घुमा-फिराकर बात नहीं करनी चाहिए। (यह उस स्थिति से अलग है जब कोई व्यक्ति गहरे शोक में हो।) राम अत्यंत चिंतित थे। वे सीता के स्थान को जानने के लिए बेचैन थे। इसीलिए हनुमान ने अपने वाक्य की शुरुआत 'मैंने देखा!' से की। उन्होंने राम को क्षण भर के लिए भी भ्रमित करने के डर से वाक्य की शुरुआत में सीता का नाम नहीं लिया।
इस प्रसंग से हमें एक और गुण सीखने को मिलता है। हनुमान जी छोटी से छोटी और सरलतम चीजों का भी बहुत ध्यान रखते थे। यही गुण उनके व्यक्तित्व का सबसे बड़ा रत्न है। हम देख सकते हैं कि स्वामीजी ने हमें उन चीजों के प्रति भी सावधान रहना सिखाया जिन्हें हम आमतौर पर तुच्छ समझते हैं। उन्होंने कहा, “यदि आप वास्तव में किसी व्यक्ति के चरित्र का आकलन करना चाहते हैं, तो उसकी महानता को मत देखिए।”

हर मूर्ख कभी न कभी नायक बन सकता है। किसी व्यक्ति को उसके सबसे सामान्य कार्यों को करते हुए देखें; वास्तव में यही वे चीजें हैं जो आपको एक महान व्यक्ति के वास्तविक चरित्र के बारे में बताती हैं। महान अवसर निम्नतम मनुष्य को भी किसी न किसी प्रकार की महानता के लिए प्रेरित करते हैं, लेकिन वास्तव में महान वही है जिसका चरित्र हमेशा महान होता है, चाहे वह कहीं भी हो।

36. खुले दिमाग से सोचें

जब हम किसी विशेष परिस्थिति का सामना करते हैं, तो हमें उसे ठीक से समझना चाहिए। बिना गहराई से अध्ययन किए हमें उसके बारे में कोई राय नहीं बनानी चाहिए।

विभीषण अपने बड़े भाई रावण से सहमत नहीं थे और उन्होंने रावण को सीता को राम को लौटा देने की सलाह दी। रावण क्रोधित हो गया और उसने विभीषण को लंका से निर्वासित कर दिया। विभीषण समुद्र के दूसरे किनारे पर स्थित राम के पास आए और शरण मांगी। विभीषण को शरण दी जाए या नहीं, इस पर काफी बहस हुई। इस अवसर पर हनुमान जी ने विभीषण को शरण देने के संबंध में जो विचार व्यक्त किए, वे उनकी तीक्ष्ण बुद्धि का सटीक उदाहरण हैं। कई वानर योद्धाओं का मानना था कि विभीषण को शरण नहीं दी जानी चाहिए। हालांकि, हनुमान जी उनसे असहमत थे और उन्होंने इसके विपरीत बात कही।

हनुमान ने कहा, “हे राम! आप सभी बुद्धिजीवियों में श्रेष्ठ और अत्यंत सक्षम व्यक्ति हैं। आप संवाद कला में निपुण हैं। यहां तक कि बृहस्पति भी, जो

देवताओं के गुरु भी आपसे बेहतर बात नहीं कर सकते। इसलिए मैं अपने मन में जो भी अच्छा और सत्य आता है, उसे बताने का प्रयास करूंगा। मैं आपको प्रभावित करने की कोशिश नहीं कर रहा हूं। न ही मैं बहस में दूसरों को हराना चाहता हूं, और न ही मुझे विभीषण से कोई व्यक्तिगत लगाव है। आपके आदर को ध्यान में रखते हुए, मैं आपको वही बता रहा हूं जो मुझे अच्छा और लाभकारी लगता है।

“सबसे पहले तो मंत्रीगण यह सुझाव दे रहे हैं कि हमें विभीषण के चरित्र में किसी खामी की जाँच करनी चाहिए। यह मुझे तर्कसंगत नहीं लगता। जब तक आप उन्हें कोई ज़िम्मेदारी नहीं देंगे, तब तक आप उनके वास्तविक चरित्र को नहीं जान पाएंगे। लेकिन फिर, यदि आप उनके चरित्र को जाने बिना उन्हें ज़िम्मेदारी दे देते हैं, तो यदि वे बुरे चरित्र के व्यक्ति हैं, तो वे हमें बर्बाद कर देंगे। इसलिए उनके चरित्र के अच्छे और बुरे पहलुओं पर विचार करने का तर्क ऐसा ही है जैसे यह पूछना कि पहले पौधा है या बीज? इस पद्धति से उनके चरित्र का मूल्यांकन करना बिल्कुल संभव नहीं है।”

“सरभा सलाह देती है कि हमें विभीषण के चरित्र का आकलन करने के लिए कुछ जासूस भेजने चाहिए। यह विचार भी व्यावहारिक नहीं है। यह तब कारगर हो सकता है जब वह व्यक्ति बहुत दूर हो। लेकिन अब यह संभव नहीं है क्योंकि विभीषण पहले से ही यहाँ है और दूर से ही सही, हमारी गतिविधियों पर नज़र रख रहा है।”

“जम्बवंथ कहते हैं कि विभीषण द्वारा चुना गया समय और स्थान दोनों ही त्रुटिपूर्ण हैं, इसलिए उन्हें चले जाने के लिए कहा जाना चाहिए। लेकिन मुझे लगता है कि उनका समय बिल्कुल सही है। विभीषण ने आपके अच्छे गुणों के बारे में सुना है और वे रावण के बुरे गुणों को जानते हैं। इसीलिए वे आपकी शरण में आए हैं। सीता का अपहरण करना और अपने सभी भाइयों और मंत्रियों के बार-बार अनुरोध के बावजूद उन्हें न छोड़ना रावण के दो बुरे गुण हैं। विभीषण जानते हैं कि आपने दो महान राक्षसों, खर और दूषण का वध किया था। वे यह भी जानते हैं कि आपने वाली का वध करके सुग्रीव को राजा बनाया था। इन सभी बातों को ध्यान में रखते हुए, विभीषण ने रावण को छोड़कर आपके साथ आने का विकल्प चुना। यह सब मुझे तर्कसंगत लगता है। मुझे लगता है कि यह कहना उचित होगा कि विभीषण सबसे उपयुक्त समय पर आपके पास आए।”
“मैंदा का कहना है कि हममें से कुछ लोगों को जाकर उससे बात करनी चाहिए ताकि उसके चरित्र का मूल्यांकन किया जा सके। मुझे संदेह है कि ऐसी रणनीति कारगर होगी। अगर हम अचानक जाकर उससे पूछताछ शुरू कर दें, तो वह शक करने लगेगा। ऐसी स्थिति में कोई भी समझदार व्यक्ति यह सोचेगा कि क्या कहे और क्या न कहे। इतना ही नहीं! शक की वजह से हमारी नेक इरादे वाली पूछताछ भी बिगड़ सकती है और वह सोच सकता है कि हमारी कोई बुरी मंशा है। और अगर वह हमसे बात भी कर ले, तो भी पूरी संभावना है कि...”

इस बात की संभावना है कि वह अपने असली इरादे को छिपा सकता है। ऐसी स्थिति में उसके मन की बात जानना लगभग असंभव हो जाता है। इसलिए, वह तरीका भी कारगर नहीं होगा।
“हमारे लिए स्थिति का सीधे तौर पर विश्लेषण करना बेहतर होगा। हमने विभीषण की बात सुनी जब उन्होंने अपना पक्ष रखा। मुझे उनके व्यवहार में कोई त्रुटि नहीं दिखी। उनका चेहरा प्रसन्न था। यह उनके अच्छे चरित्र को दर्शाता है। बुरे इरादे वाला कोई भी व्यक्ति इतनी निडरता से हमारे पास नहीं आ सकता। यदि उसके हृदय में कोई बुरा इरादा होगा तो वह उसके चेहरे पर प्रकट हो जाएगा। लेकिन उनके चेहरे पर इसका जरा सा भी आभास नहीं था।”
“इन सब बातों को ध्यान में रखते हुए, मुझे लगता है कि हम विभीषण को शरण दे सकते हैं। हे राम! मैंने आपको यथासंभव सर्वोत्तम सलाह दी है। अब जब आपने मेरी बात सुन ली है, तो आप अपनी इच्छानुसार कर सकते हैं!”
हनुमान जी ने विभिन्न लोगों के विचारों को सुना और बिना किसी पूर्वधारणा के, खुले मन से उन सभी का मूल्यांकन किया। उन्हें यह नहीं लगता था कि वे दूसरों से अधिक बुद्धिमान हैं। वे ऐसा कार्य करना चाहते थे जिससे सभी का अधिकतम हित हो। और इसी कारण उन्होंने अपने विचार-विमर्श से अहंकार को पूरी तरह से दूर कर दिया। स्वार्थ और अहंकार से रहित मन से वे उनके सामने एक ऐसा विचार रख सके जो दूसरों से बिल्कुल भिन्न था। निःसंदेह, इससे उन्हें बहुत लाभ हुआ।
हनुमान जी ने विभीषण के चरित्र का इतना निष्पक्ष आकलन कैसे किया? यह केवल वही लोग कर सकते हैं जो 'मैं और मेरा' के विचार से पूरी तरह मुक्त हों।

स्वामी विवेकानंद ने सिखाया, “जो व्यक्ति स्वतंत्रता और प्रेम से काम करता है, उसे परिणामों की कोई परवाह नहीं होती। लेकिन गुलाम को कोड़े खाने की चाह होती है; सेवक को अपनी तनख्वाह की। जीवन में भी यही बात लागू होती है। उदाहरण के लिए, सार्वजनिक जीवन को ही ले लीजिए। वक्ता को थोड़ी तालियाँ या थोड़ी हूटिंग और विरोध चाहिए होता है। अगर आप उसे इसके बिना कोने में बंद कर दें, तो आप उसे मार डालते हैं, क्योंकि उसे इसकी आवश्यकता होती है। यह गुलामी से काम करना है। इसके बाद सेवक का काम आता है, जिसे कुछ तनख्वाह चाहिए होती है; मैं यह देता हूँ, और तुम मुझे वह देते हो। “मैं काम के लिए काम करता हूँ” कहना सबसे आसान है, लेकिन इसे पाना उतना ही कठिन है। मैं उस व्यक्ति का चेहरा देखने के लिए अपने हाथों और घुटनों के बल बीस मील तक जा सकता हूँ जो काम के लिए काम करता है।” दूसरों का भला करने के उद्देश्य से और परिणामों की परवाह किए बिना, स्वतंत्रता से काम करना सीखना एक महान व्यक्तित्व के निर्माण में सबसे महत्वपूर्ण कार्य है। हमें इस तरह काम करना सीखना चाहिए और इस गुण में महारत हासिल करना संभव है। ऐसा व्यक्तित्व, जो निरंतर आत्म-प्रयास से निर्मित होता है, वास्तविक होता है।

वाल्मीकि रामायण में वर्णित हनुमान जी का चित्रण उस लक्ष्य को प्राप्त करने में हमारे लिए सर्वोत्तम सहायक होगा।

37. निष्कर्ष

किसी व्यक्ति का व्यक्तित्व और चरित्र मूलत: उसके कथनों और कार्यों से ही बनता है। सभी महान पुरुषों ने अपने उपदेशों को व्यवहार में उतारा। हमें इस गुण को ध्यानपूर्वक आत्मसात करना होगा। यही व्यक्तित्व निर्माण का सार है। इसे प्राप्त करने का सबसे सरल तरीका है कि हम अपनी संस्कृति में विख्यात महान पुरुषों का उदाहरण लें, उनके बारे में निरंतर चिंतन करें और अपने जीवन में उनका अनुकरण करने का प्रयास करें। स्वामीजी ने हनुमान जी को ऐसे ही एक उदाहरण के रूप में प्रस्तुत किया।

आइए हनुमान जी के गुणों को याद करें। आइए उन पर गहराई से विचार करें और हनुमान जी का ध्यान करें।

हनुमान जी जीवन भर सुग्रीव के आज्ञाकारी सेवक बने रहे। इससे उन्होंने हमें यह दिखाया कि महानता कर्मों में नहीं, बल्कि कर्मों को उनकी दक्षता में निहित है। यद्यपि वे सभी वानरों में श्रेष्ठ थे, फिर भी उन्होंने सुग्रीव के सेवक और राम के स्वामी होने को अपने पदचिह्नों में कमी नहीं समझा। बल्कि, उन्होंने इसे ही अपना परम कर्तव्य माना। इस प्रकार उन्होंने स्पष्ट रूप से दिखाया कि उनमें अहंकार का कोई अंश नहीं था।

उन्होंने लगन और मेहनत से लोगों से बात करने की कला को निखारा और वे हमेशा इस बात का ध्यान रखते थे कि क्या बोलना है, कैसे बोलना है और कब बोलना है। वे लोगों को प्रभावित करने के लिए बनावटी बातें नहीं करते थे, बल्कि सच्चे दिल से और ईमानदारी से बोलते थे। वे अपनी बातचीत की कला से अपने दुश्मनों को भी प्रभावित कर लेते थे।

वे अत्यंत साहसी व्यक्ति थे। वे दूसरों की महानता को पहचानते थे, यहाँ तक कि अपने कट्टर शत्रुओं की महानता को भी। उन्होंने कभी किसी को नीचा नहीं दिखाया। उन्होंने कभी अपने गुणों का बखान नहीं किया। उन्होंने कभी दूसरों पर प्रभुत्व जमाने की कोशिश नहीं की। वे हमेशा सबको साथ लेकर चलने का प्रयास करते थे। उन्होंने स्वेच्छा से अपने साथी नागरिकों के कल्याण के लिए काम किया। उन्होंने निस्वार्थ भाव से उनके भले के बारे में सोचा और अपने निस्वार्थ कार्यों से उन्हें बहुत लाभ पहुँचाया।

वह हमेशा अपने वचन का पालन करता था। उसने सुग्रीव और अन्य लोगों को भी ऐसा करने में मदद की।

वे असाधारण शारीरिक शक्ति के धनी थे। उन्होंने अपनी बुद्धि को भी निखारने का भरसक प्रयास किया। वे समस्त शास्त्रों के ज्ञाता थे और विभिन्न विषयों में निपुणता प्राप्त कर चुके थे। इस उपलब्धि के लिए उन्हें अथक परिश्रम करना पड़ा। उन्होंने महान साहस और वीरता का परिचय दिया। वे कभी भी काम से जी नहीं चुराते थे।

वह हमेशा खुद का विश्लेषण करने, अपनी गलतियों को स्वीकार करने और उन्हें सुधारने के लिए तैयार रहता था। जब भी उसे अपने भीतर कोई खामी नजर आती, वह उसे दूर करने का पूरा प्रयास करता था।

वह बिना किसी पूर्वकल्पित धारणा के खुले दिमाग से लोगों और परिस्थितियों का मूल्यांकन करता था।

ये हनुमान जी के व्यक्तित्व के कुछ महान गुण हैं। हम सभी को इनका अनुकरण करने का प्रयास करना चाहिए। आइए हम निरंतर इनका चिंतन करें और इन्हें अपने जीवन में उतारें। इस प्रकार हम हनुमान जी के समान महान व्यक्तित्व का विकास कर सकेंगे।

स्वामीजी ने कहा, “मोहम्मद या बुद्ध अच्छे इंसान थे या नहीं, इससे मुझे क्या फर्क पड़ता है? क्या इससे मेरी अच्छाई या बुराई में कोई बदलाव आता है? हमें अपने भले के लिए और अपनी जिम्मेदारी पर अच्छा बनना चाहिए।” इससे हमें स्पष्ट रूप से पता चलता है कि हमें महानता हासिल करने के लिए अपनी जिम्मेदारी पर प्रयास करना चाहिए, न कि इसलिए कि कोई बहुत पहले महान था।

“यह जीवन छोटा है, संसार की स्थूलता क्षणभंगुर है, परन्तु वही लोग जीते हैं जो दूसरों के लिए जीते हैं, बाकी सब तो जीवित से भी अधिक मृत हैं!” स्वामी विवेकानंद का यही आह्वान था। उन्होंने यह भी कहा, “निस्वार्थता अधिक फलदायी है, बस लोगों में इसे अभ्यास करने का धैर्य नहीं है। स्वास्थ्य की दृष्टि से भी यह अधिक फलदायी है। प्रेम, सत्य और निस्वार्थता केवल महान व्यक्तित्व निर्माण के लिए आदर्श नहीं हैं।”

नैतिक अलंकारिक भाषा भले ही न हो, लेकिन यह हमारे सर्वोच्च आदर्श का निर्माण करती है, क्योंकि इसमें शक्ति का ऐसा प्रकटीकरण निहित है। सर्वप्रथम, जो व्यक्ति बिना किसी स्वार्थ के, भविष्य, स्वर्ग, दंड या इस प्रकार की किसी भी बात की चिंता किए बिना पाँच दिन या यहाँ तक कि पाँच मिनट तक काम कर सकता है, उसमें एक शक्तिशाली नैतिक दिग्गज बनने की क्षमता

होती है।

अंततः, ऐसा व्यक्तित्व ही हमारी आकांक्षा होती है। यह हमारे व्यक्तित्व को अमर बना देगा और हमें संसार पर अपनी अमिट छाप छोड़ने में सक्षम बनाएगा। व्यक्तित्व विकास का यही उद्देश्य है। संक्षेप में कहें तो, महान व्यक्तित्व के निर्माण का एकमात्र मार्ग त्याग और निस्वार्थता का ज्ञान प्राप्त करना है। इसके अलावा कोई दूसरा मार्ग नहीं है।

हनुम¡न सी¡एल¢एस¡

संत तुलसीदास

हनुमान चालीसा को बार-बार पढ़ना अच्छा होता है।

हनुमान जी का ध्यान करने की विधि। प्रार्थना
श्रीगुरुचार सरजराज निजमाना मुकुरा सुधारि
वर सरघुवरा विमला य¿जद्याका फलाक्रि
बुद्धिह¢न तनु जनि क® सुमिरौ मोर कुमार
बलबुद्धि विद्या¡ द®हु म°हि हरहुकाल®¿एक विकार
प्रार्थना: तुलसीदास कहते हैं: मैं अपने गुरु के चरण कमलों से निकलने वाले प्रकाश से अपने मन के दर्पण को शुद्ध करूँगा। मैं श्री राम की महानता का वर्णन करूँगा, जिनका पवित्र नाम मनुष्य जीवन के चार अनमोल फल प्रदान करता है - उचित धर्म, तर्कसंगत धन, संयमित इच्छा और मोक्ष।
मुझे यह शरीर 'अज्ञान' के फलस्वरूप मिला है (जिसके कारण मैं एक निश्चित स्तर से आगे नहीं बढ़ पा रहा हूँ)। मैं इस तथ्य को भलीभांति समझूंगा और हनुमान जी के अद्भुत व्यक्तित्व का चिंतन एवं ध्यान करूंगा। इससे मुझे शारीरिक शक्ति, बुद्धि और ज्ञान की प्राप्ति होगी। साथ ही, यह मेरे हृदय को सभी कुटिल इच्छाओं और उनके बुरे प्रभावों से मुक्त करेगा।
96 हनुमान: एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए हमारा आदर्श
1. जय हनुमान मुनागुअसगर
jai kap¢¿a tihul°ka uJ¡gara
1. हे हनुमान! जब इंद्र ने आपको अपने वज्र से प्रहार किया, तो आपके जबड़े पर एक धब्बा लग गया और इसी कारण आपका नाम हनुमान पड़ा। आप ज्ञान और वीरता के सागर हैं। आप तीनों लोकों को ज्ञान का प्रकाश प्रदान करते हैं। विजय!

तुम्हारे लिए! 2. रमद£ता अतुलिता बलध¡म¡
aÆjaniputra pavanasutan¡m¡
2. आप राम के दूत हैं। शारीरिक शक्ति में कोई आपकी बराबरी नहीं कर सकता। आप अंजनी के पुत्र हैं। आप पवनदेव की शक्ति से परिपूर्ण हैं।

Vayu, you are hailed as Vayuputra or Pavanakumara. 3. mah¡v¢ra vikrama bajara´g¢
कुमातिनीव¡र सुमाटिक® सग¢
3. आप साक्षात पराक्रम हैं। आपका शरीर इंद्र के वज्र के समान बलवान है। आपका ध्यान करने से हमारे भीतर के सभी बुरे गुण नष्ट हो जाएंगे।

हमें नेक गुणों से परिपूर्ण करें। 4. kaµcanavara¸a vir¡ja suv®¿¡
k¡nana ku¸ala kuµcita k®¿¡
4. आपका शरीर सुनहरे रंग का है। आपने सुंदर पोशाक पहनी है। आपने सुंदर बालियां पहनी हैं। आपने अपने बालों की चोटी खूबसूरती से बनाई है।

5. h¡thavajra aur dhvaj¡ vir¡jai
क¡न्ध® म£µजा जन®व£स¡जय
5. एक हाथ में वज्र के समान शक्ति वाली गदा धारण करें। दूसरे हाथ में राम का ध्वज धारण करें। पवित्र धागा पहनें।

आपके कंधे पर। 6. ¿a´karasuvana k®sar¢nandana
t®Japrat¡pa mah¡Jagavandana
6. आप शिव की शक्ति से उत्पन्न हुए हैं। केसरी आपके पिता हैं। आप अत्यंत शक्तिवान और प्रतिभाशाली व्यक्ति हैं।

liance. सारा संसार आपके सम्मान में झुकता है। 7. vidy¡v¡na gu¸¢ atic¡tura
r¡mak¡Jakariv®k° tur
7. आप एक महान कलाकार और विद्वान हैं। आप अच्छे चरित्र के व्यक्ति हैं। आप बातचीत में बहुत निपुण और काम में कुशल हैं। आप हमेशा उत्सुक रहते हैं।

राम के आदेशों का पालन करने के लिए। 8. prabhucharitra suniv®k° rasiy¡
r¡malakhana s¢t¡ mana basiy¡
8. आपको राम की कथा सुनना अच्छा लगता है। आपका मन राम, सीता और लक्ष्मण के महान विचारों से परिपूर्ण है।

9. s£kÀmar£padhari siya hi dikh¡v¡
vika¶ar£padhari la´kajar¡v¡
9. जब तुम सीता से मिलने गए, तो तुमने अपना शरीर छोटा और आज्ञाकारी बना लिया, जबकि जब तुम ऐसा करने वाले थे...

लंका को जला दो, तुमने एक भयानक रूप धारण किया। 10. bh¢mar£padhari
asurasaÆh¡r®
r¡macandrak® k¡ja sav¡r®
10. राक्षसों से युद्ध करते समय आपने भयानक रूप धारण किया और राम के कार्य को पूर्णतः

संपन्न किया।

matched ruthlessness. 11. l¡ya saj¢vana lakhana jiy¡y®
¿r¢raghuv¢ra haraÀi ural¡y®
11. तुम संजीवनी पर्वत को उठाकर वापस लाए थे।

life to Lakshmana. 12. raghupati k¢nh¢ bahuta ba·h¡y¢
तुम मेरी माँ हो, मेरी प्रिय।
12. राम तुम्हारी सूझबूझ से बहुत प्रभावित हुए और उन्होंने कहा कि तुम उनके भाई के समान हो।

भरत. 13. सहसवदना तुम्हार॰ या¿अगावै
asakahi ¿r¢patika¸¶ha lag¡vai
13. राम ने आपकी खूब प्रशंसा की और आपको स्नेहपूर्वक गले लगाया।

14. मुन में ब्राह्मण के रिश्तेदार
नारद ¿¡रदा संहिता आह¢¿¡
14. सभी महर्षि, ब्रह्मा और तीनों लोकों के अन्य शासक, देवी सरस्वती और अन्य।

आपकी प्रशंसा करने के लिए शब्द कम पड़ जाएंगे। 15. yamakub®ra dikp¡la jah¡t®
kavik॰vida kahi sak® kah¡t®
15. कवियों और पंडितों की कोई भी संख्या पर्याप्त नहीं होगी।

आपकी महिमा का पर्याप्त गुणगान करने में सक्षम। 16 tuma upak¡ra sugr¢vahik ¢nh¡
r¡mamil¡ya r¡japadad¢nh¡
16. राम और सुग्रीव के बीच मित्रता स्थापित करने और सुग्रीव को उनका मित्र बनाने में आपकी महत्वपूर्ण भूमिका है।

the king of Kishkindha. 17. tumhar॰ mantra vibh¢Àa¸a m¡n¡
ल´क®¿वरभय सबा जग ज¡न¡
17. आपकी बुद्धिमत्तापूर्ण सलाह के कारण ही विभीषण लंका का राजा बन सका और यह बात पूरी दुनिया जानती है।

well. 18. yugasahasra y॰jana parabh¡n£

l¢ly°t¡hi madhuraphalaj¡n£
18. यह सोचकर कि यह आकाश में लटका हुआ फल है, तुमने सूर्य को पकड़ने के लिए दो हजार योजन की छलांग लगाई।
100 हनुमान महान व्यक्तित्व निर्माण के लिए हमारा आदर्श 19. prabhumudrik¡ m®limukham¡h¢
jaladhi l¡´ghigay® acarajan¡h¢
19. आपमें असाधारण शक्ति है। जब आपने समुद्र पार किया तो आश्चर्य की क्या बात है?

carrying the ring of Rama? 20. durgamak¡ja jagatak® j®t®
आप सौभाग्यशाली हों।
20. जो लोग आपको अपना आदर्श मानते हैं और निरंतर आपका ध्यान करते हैं, उनके लिए संसार का हर काम सार्थक है।

becomes easy. 21. r¡maduv¡r® tuma rakhav¡r®
h°tana ¡jµ¡ binubais¡r®
21. आप राम के द्वारपाल हैं। आपके आशीर्वाद के बिना कोई भी राम तक नहीं पहुंच सकता और उन्हें प्राप्त नहीं कर सकता।

ings. 22. saba sukhalahai tumh¡r¢ ¿aran¡
tuma rakÀaka k¡h£k° ·aran¡
22. जो लोग आपके आदर्श की शरण लेते हैं, उन्हें हर भलाई प्राप्त होगी। जब आपका चरित्र ही आदर्श बन जाए तो डरने की क्या बात? भला और कहाँ कोई ऐसा हो सकता है?

बेहतर सुरक्षा खोजें? 23. ¡panat®ja samh¡r° ¡pai
t¢n°l°ka h¡´kat® कंपनी
23. आप ही एकमात्र ऐसे हैं जो इतनी शक्ति और बुद्धि को नियंत्रण में रख सकते हैं। यदि आप एक बार भी दहाड़ें तो तीनों लोक भय से कांप उठेंगे।

24. bh£tapi¿¡ca nika¶a nahi ¡vai
mah¡v¢ra jaba n¡ma sun¡vai
24. हे महावीर! आपके नाम का मात्र उल्लेख मात्र से ही समस्त राक्षस, भूत-प्रेत और आत्माएं भाग जाती हैं।

दूर हो जाएँगे; और मेरी बुराइयाँ और कमजोरियाँ भी दूर हो जाएँगी। 25. n¡¿ai r°ga harai saba p¢r¡

japata nirantara hanumata v¢r¡
25. आपके बारे में निरंतर सोचने से सभी रोग ठीक हो जाएंगे। क्योंकि आप ही साक्षात ईश्वर हैं।

स्वास्थ्य और शक्ति की प्राप्ति. 26. स□का¶अस® हनुमान¡ना चु·¡वै
"ध्यानज्लवै" शब्द का अर्थ क्या है?
26. जो कोई दृढ़तापूर्वक आपके नाम का जाप करते हुए आपका ध्यान करता है, वह सभी बाधाओं को पार करने में सक्षम होगा।

सभी कठिनाइयों का सामना, ठीक वैसे ही जैसे आपने अपने जीवन में किया। 27.
sabaparar¡ma tapasv¢r¡j¡
tinak®k¡ja sakalatumas¡j¡
27. राम सभी राजाओं के मुकुट रत्न के समान हैं। वे सभी गुणी देवताओं के स्वामी हैं। आप सदा उनकी सेवा में लगे रहते हैं।

in serving him. 28. auraman˚ratha j˚koyil¡vai
तासु अमिता जवन फल पवै
28. जो लोग निरंतर आपका ध्यान करते हैं, वे अपने सभी कार्यों में सफल होंगे।
102 हनुमान महान व्यक्तित्व निर्माण के लिए हमारा आदर्श 29. c¡r˚yuga parat¡pa tumh¡r¡
hai prasiddha jagata vujiy¡r¡
29. आपकी वीरता युग के अंत तक अमर रहेगी।

दुनिया को और भी खूबसूरत बना दिया। 30. s¡dhusantak® tumarakhav¡r®
asura nikandana r¡madul¡r®
30. आप सदा गुणी और अच्छे लोगों की रक्षा में लगे रहते हैं। राक्षसों का संहार करके आप

आपने राम को अपना प्रिय बना लिया। 31. aÀ¶asiddhi navanidhik® d¡t¡
असावरा दान जनक माता
31. सीता ने आपको किसी को भी वरदान देने का वरदान दिया था।

आठ अलौकिक शक्तियाँ और नौ धन। 32. r¡maras¡yana tamhar® p¡s¡
sad¡rah˚ raghupatik® d¡s¡
32. आपके पास राम नाम का अमृत है। आप सदा उनकी सेवा में लीन रहते हैं।

of Rama. 33. tumhar® bhajana r¡mak˚ p¡vai

जन्म जन्म® दुक्खबिसर¡वै
33. आपकी प्रार्थना करने से राम प्रसन्न होंगे, क्योंकि आप उनके अनुयायियों में श्रेष्ठ हैं। इससे जन्म-जन्मों के सभी कष्टों से मुक्ति भी मिलेगी।
38. Hanuman Chalisa 103
34. aÆtak¡la raghupati puraj¡y¢
jah¡janmi haribhakti kah¡y¢
34. जो लोग आपकी पूजा करते हैं, वे अपनी स्थिति की परवाह किए बिना राम के सेवक कहलाएंगे।

उनकी मृत्यु के बाद वे रामलोक पहुँचेंगे। 35. aura d®vat¡ cittana dharay¢
hanumata s®yi sarvasukha karay¢
35. जो कोई भी एकाग्र मन से आपका ध्यान करेगा, उसे सभी पुण्य सुखों की प्राप्ति होगी।

दुनिया का। 36. sa´ka¶a ha¶ai mi¶ai sabap¢r¡
j°sumirai hanumata balav¢r¡
36. जो कोई भी हनुमान जी का ध्यान करता है, जो शक्ति और वीरता के साक्षात रूप हैं, वह अपने जीवन की सभी बाधाओं से छुटकारा पा सकेगा।

दुःख का अंत हो जाएगा। 37. jaijajai hanum¡na gos¡y¢
k¤p¡kar° gurud®va kinh¡y¢
37. हनुमान की जय हो! हे हनुमान! कृपा करके अपनी कृपा बरसाएँ।

मेरी कृपा मुझ पर भी वैसी ही बनी रहे जैसी मेरे गुरु की थी! 38. yaha¿atav¡ra
p¡¶hakara j°y¢
ch£¶a hi bandi mah¡sukhah°y¢
38. जो कोई भी इस हनुमान चालीसा का सौ बार पाठ करेगा, उसे अपने सभी प्रयासों में सफलता प्राप्त होगी, क्योंकि इस प्रकार के दोहराव से व्यक्ति हनुमान के महान गुणों को आत्मसात कर लेगा।
104 हनुमान: एक महान व्यक्तित्व के निर्माण के लिए हमारा आदर्श
39. j°yahapa·hai hanum¡na c¡l¢s¡
h°yasiddhi s¡kh¢ gaur¢s¡
39. मैं पार्वती और शिव के नाम पर शपथ लेता हूँ।

ताकि उनकी सारी परेशानियाँ खत्म हो जाएँ। 40. tulas¢d¡sa sad¡ haric®r¡
k¢jain¡tha h¤dayamaha·®r¡

40. तुलसीदास सदा राम का सेवक रहेगा! हे प्रभु! कृपा करके मेरी शरण में निवास करें।

हृदय. d°h¡-
दुनिया की सबसे खूबसूरत महिला
मैं मूली उगाऊंगा।
r¡malakhana s¢t¡ sahita
h¤daya basahu surabh£p
दोहा: हे पवनदेव के पुत्र! हे समस्त दुखों के नाशकर्ता! कृपा करके राम, सीता और लक्ष्मण के साथ मेरे हृदय में निवास करें!

38. Hanuman Chalisa 105